ŞTIINŢA NOUĂ

DE

VINDECARE

SAU INVĂŢĂTURĂ

DESPRE

UNITATEA BOLILOR

PRECUM ŞI

VINDECAREA ACESTORA FĂRĂ MEDICAMENTE ŞI FĂRĂ DE OPERAŢII

CARTE de ÎNVĂŢĂTURĂ şi SFATURI PENTRU SĂNATOŞI şi BOLNAVI

DE

LOUIS KUHNE

MOTTO:

„Cine caută adevărul nu trebue să numere părerile".

Leibniz

Traducere autorizată de autor în anul 1907 după Ediţia a nouăzecea şi opta germană. Cu desăvârşire prelucrată, mult adăogată şi îmbunătăţită.

Tipărită în limba engleză, franceză, spaniolă, portogeză, olandeză, italiană, rusească, daneză, suedeză, norvegiană, română, ungară, polonă, cehă, croată, sârbă, greacă, malaeză, indiană, telugă, industană, gujrată şi tamilă (indiene localnice).

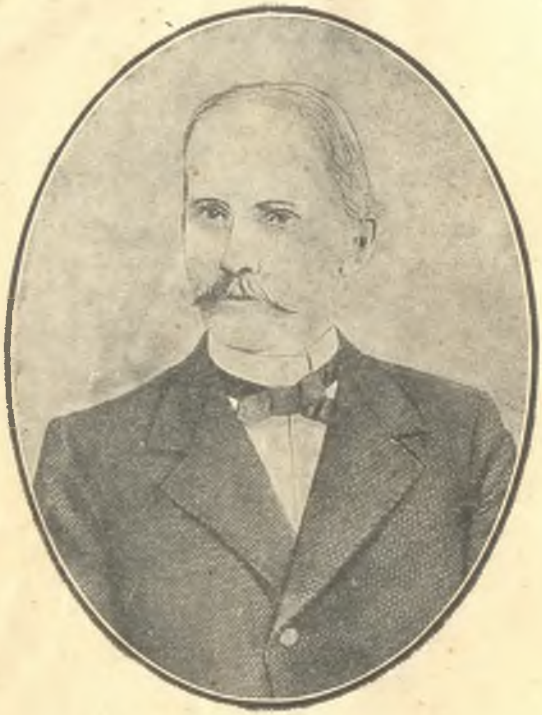
Cu portretul autorului săpat în oţel şi numeroase ilustraţii în text.

CASE EDITOARE:

E. Steiger & Co., New-York; *Laemmert & Co.*, Rio de Janeiro, Sao Paulo şi Pernambuco, *G. Mendenski & Hijo*, Buenos-Aires, *C. F. Niemeyer* Lima, Santiago şi Valparaiso, *F. Basedov*, Adelaide şi Tânuri'a, *Hermann Michaelis*, Kapstadt şi Johanesburg, *Thacker, Spink & Co.*, Calcutta, *Kelly & Walsh, Lim* Shanghai, Hongkong, Yokohama şi Singapore.

BUCUREŞTI

Traducere şi Editura Dr. Medic TOMA SIMIONESCU



Herr Bernhardt Feild.

Louis Kuhne

ŞTIINŢA NOUĂ

DE

VINDECARE

SAU INVĂŢĂTURĂ

DESPRE

UNITATEA BOLILOR

PRECUM ŞI

VINDECAREA ACESTORA FĂRĂ MEDICAMENTE ŞI FĂRĂ DE OPERAŢII

CARTE de ÎNVĂŢĂTURĂ şi SFATURI PENTRU SĂNĂTOŞI şi BOLNAVI

DE

LOUIS KUHNE

MOTTO:
„Cine caută adevărul nu trebue să numere părerile".
Leibniz

Traducere autorizată de autor în anul 1907 după Ediţia a nouăzeci şi opta germană. Cu desăvârşire prelucrată, mult adăogată şi îmbunătăţită.

Tipărită în limba engleză, franceză, spaniolă, portogeză, olandeză, italiană, rusească, daneză, suedeză, norvegiană, română, ungară, polonă, cehă, croată, sârbă, greacă, malaeză, indiană, telugă, industană, gujrată şi tamilă (indiene localnice).

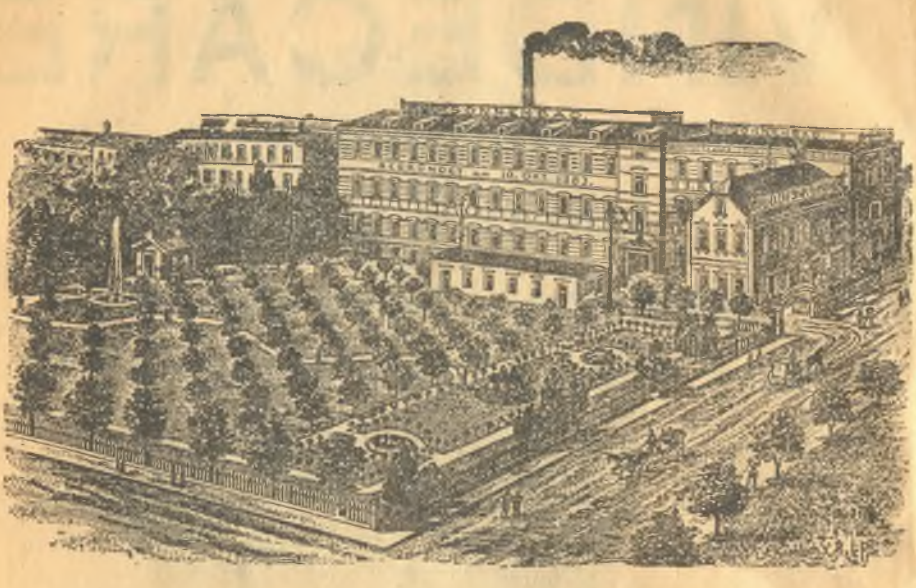
Cu portretul autoruiui săpat în oţel şi numeroase ilustraţii în text.

CASE EDITOARE:

E. Steiger & Co., New-York, *Laemmert & Co.*, Rio de Janeiro.
Sao Paulo şi Pernambuco, *G. Mendensky & Hijo*, Buenos-Aires, *C. F. Niemeyer* Lima, Santiago şi Valparaiso, *F. Basedov*, Adelaide şi Tanun ia, *Hermann Michaelis* Kapstadt şi Johanesburg, *Thacher, Spink & Co*, Calcutta, *Kelly & Walsh, Lim* Shanghai, Hongkong, Yokohama şi Singapore.

BUCUREŞTI

Traducere şi Editura Dr. Medic TOMA SIMIONESCU



STABILIMENT INTERNAȚIONAL

PENTRU

ARTA NOUĂ DE VINDECARE

FĂRĂ MEDICAMENTE ȘI FĂRĂ OPERAȚII

AL LUI

LOUIS KUHNE, Lipsca

Flossplatz 15—24

Intemeiat în 10 Octombrie 1883, mărit în 1892, 1901 și 1904

Orice drept rezervat.

coperiri noui, cu păreri noui şi a dat la o parte multe credinţi înrădăcinate. Firește, cei protivnici s'au luptat cu aşà mijloace urâte, încât, au dovedit singuri că sunt de rea credinţă. Izbânzele metodei mele de vindecare la mulţi bolnavi, pe cari şcoala medicală îi credeà pierduţi, sunt dovadă de neputinţa medicinei şi a tuturor aşà numitele explicaţii ştiinţifice. Dacă aş fi voit s'aştept până cei chemaţi în ale ştiinţei să cunoască dreptatea învăţăturii mele şi s'o aşeze pe temeliile ştiinţei de azi, nu aşi fi făcut un pas înainte toată vieaţa, dar aşà mulţămită urmărilor bune de vindecare, metoda mea a reuşit să străbată peste tot pământul şi să fie cunoscută şi primită chiar şi la *curţi regeşti, împărăteşti şi princiare.* Mii de oameni, chiar africani, au cercetat stabilimentul meu şi s'au vindecat, fiindcă totul se întemeiază pe legi naturale, formând o ştiinţă nouă, care nu poate fi nesocotită.

Cunoaşterea bolilor omeneşti la vreme, apărarea împotriva lor, propovăduirea cu deplină cunoştinţă a adevărului curat al legei naturale sus arătate, care ne dă limpede şi lămurit mijlocul de a vindecà bolile şi de a trăi înţelepţeşte, precum şi asigurarea cât mai mult a *neatârnărei acestei ştiinţi noui de vindecare,* iată scopul ce urmăreşte această carte, publicată în 24 limbi.

Să fie pentru fiecare un povăţuitor, un călăuz pentru cine vrea să capete ajutor şi sfat în cunoaşterea legilor naturale. Ajungă—şi cât mai mult—acest scop pentru fericirea omenirei bolnave.

Lipsca, 17 Septembrie 1907.

Louis Kuhne.

TABLA DE MATERIE

Indicele alfabetic pe larg se află la sfârșitul lucrărei

PARTEA INTÂIA (principiile)

	Pag.
Ce m'a dus la descoperirea metodei mele de vindecare?	1—11
Cum ia naștere boala? Ce sunt frigurile?	12—28
Ființa, obârșia, scopul și vindecarea bolilor copilărești, unitatea lor. (Pojarul, scarlatina, difteria, vărsatul, tusea măgărească, scrofulele)	29—57
Reumatism și podagră (gută) *ischias, schilodire, ologire, mâini și picioare reci, ferbințeală la cap.* Obârșia, ființa și lecuirea lor . .	58—82
Mijloacele mele de vindecare: Băi de aburi. Băi de soare. Băi de trunchiu cu frecături. Băi de șezut cu frecături. Comprese de pământ.	83—98
Ce să mâncăm, ce să bem? Ce e mistuirea?	99—128

PARTEA A DOUA

Boli de nervi și bolile minței. Nesomn. Ființa obârșia și vindecarea lor	129—139
Boli de plămâni. Aprinderea plămânilor. Oftica. Astma. Pleurizia. Lupus. Isvorul, ființa și vindecarea lor	140—156
Bolile lumești. Obârșia, ființa și vindecarea lor	157—166
Boală de beșică și de rinichi. Diabet (Zahăr) Uremie (urinare cu sânge) Udare în pat. Boală de ficat. Piatră de ficat. Gălbinare. Boală de maţe. Sudoare la picioare. Pecinginea. Obârșia, firea și vindecarea lor	167—174
Boli de inimă și idropică. Obârșia, ființa și vindecarea lor	175—184
Boli de măduva spinării. Uscarea măduvei spinării. Hemoroizi (trânji) Obârșia, ființa și vindecarea lor	185—189
Epilepsia. Frică de locuri goale. Obârșia, ființa și vindecarea lor . . .	190—193
Sărăcia sângelui (anemia) și gălbeneala. Obârșia, ființa și vindec. lor .	194—199
Boli de ochi și urechi. Isvorul, ființa și vindecarea lor	200—207
Dureri de dinți. Guturaiu. Influența. Boli de gât. Gușa. Obârșia, firea și vindecarea lor	208—213
Dureri de cap. Migrena. Tuberculoza creerului. Aprinderea creerului. Isvorul, ființa și vindecarea lor	214—217
Tifus. Dezinteria. Holera. Diaree. Isvorul, firea și tămăduirea lor . .	218—222
Frigurile climaterice și tropicale. Malaria. Frigurile ferei. Frigurile galbene și frigurile periodice. Obârșia, firea și vindecarea lor . .	223—228
Bubatul din țările dela răsărit. Molimă de lepră. Lepră. Obârșia, natura și vindecarea lor	229—238
Râie, Viermi. Panglica. Vătămături. Isvorul, ființa și tămăduirea lor . .	239—242
Cancer (rac). Carne rea. Obârșia, firea și vindecarea lor	243—251

PARTEA A TREIA

Tratarea și vindecarea rănilor fără medicamente și fără operații . . .	252—274
Boli femeești de tot felul, precum și isvorul, ființa și vindecarea lor .	275—289
Cum se pot căpăta nașteri ușoare și norocoase?	287—298
După naștere?	297—299
Ingrijirea copiilor în cele dintâi luni, creșterea copiilor	300—304

PARTEA A PATRA

Mărturisiri de vindecare, înfățișând la olaltă tot felul de boli	305—318
Scrisori originale de mulțumire, înfățișând la olaltă tot felul de boli .	319—357
Câteva exemple pentru știința fizionomiei. In care se vede încărcarea cu materii de boală înainte, pe părți și la spate	358—360
Un copil infectat, alloit și realtoit de 43 de ori cu tuberculină	361
Indice alfabetic a materiei întregi coprinsă în carte	363—379
Anunciuri, despre aparate de bae, mijloacele mele de vindecare și știința fizionomiei	382—385

Indicele alfabetic amănunțit se găsește la sfârșitul lucrării.

PARTEA I

Ce m'a dus la descoperirea artei nouă de vindecare.

PRECUVÂNTARE

Onorate Doamne şi Domni !

E în firea omului, că atunci când crede c'a găsit ceva nou şi original, să simţă nevoe a-l susţineà şi împărtăşì celorlalţi oameni.

Poate că în această năzuinţă să fie oarecare ambiţie şi deşertăciune, dar în sinea ei este îndreptăţită şi omenească. Adevărul trebue spus, oricât am fugì de fală şi strălucire şi oricât am găsì de plictisită şi deşartă lumea. Mă supun şi eu acestei legi a naturii, când cer să vă împărtăşesc încheierile cercetărilor mele de mai bine de 30 de ani. Neapărat, ar fi mai cuminte să încredinţez descoperirile mele numai hârtiei credincioase şi să las pe urmaşi să mă judece.

Dar munca la care mi-am jertfit vieaţa, nu m'a dus numai pe nişte simple cunoştinţe teoretice, ci pe lângă acestea am ajuns la fapte, lucruri şi cunoştinţe practice.

Voind să păstrez ştiinţa mea pentru contimporani

şi pentru urmaşi, şi să nu mor cu numele de „şarlatan“, sunt silit să o desvălui, să dovedesc şi să comunic prin învăţătură de pe modele vii, să arăt şi altora adevărurile descoperite.

Acì, în această întrunire mare, nu pot aduce bolnavi, ci trebue din nefericire, să mă mulţumesc a vă arătà prin vorbe, cât voiu puteà mai bine, părerile mele.

Intâiu să-mi daţi voie să vă spun pe scurt cum am ajuns la sistemul meu.

Intotdeauna am iubit foarte mult natura, aşà că pentru mine nu erà bucurie mai mare decât să cercetez la câmp şi în pădure ce prieşte mai mult plantelor şi animalelor, şi să urmăresc pe pământ şi în aer, lucrarea neîntrecutei mume natura, să-i cunosc legile şi să le determin.

Pe lângă asta am ascultat ce spun şi ce au aflat cercetători însemnaţi, ca profesorul Rossmässler, cu mult înainte de a gândì să m'apuc de ştiinţa vindecării. Acì m'a împins nevoia, învăţătoarea şi crescătoarea popoarelor şi inşilor.

Când ajunsei la douăzeci de ani, trupul meu nu mai voì să-şi îndeplinească bine slujba. Aveam dureri grozave de cap şi de plămâni. Intâiu am cercat să mă caut cu doctori, dar n'am folosit nimic. Nici n'aveam încredere în ei. Mama, care ani de-alungul a fost bolnavă şi nevolnică, mereu şi mereu ne-a spus nouă, copiilor, că numai lor le datoreşte ea nenorocirea ei, „doctorilor“. Şi tata murise pe mâna lor de cancer la stomac. In 1864 citii despre o întrunire a prietenilor vindecării naturale. Mi-a atras luarea aminte şi când văzui a doua oară anunţul, m'am dus la întrunire. Erà un cerc de oameni binefăcători, cari se adunaseră în jurul neuitatului nostru Meltzer. Am întrebat foarte sfios pe cineva de acolo ce aşi puteà face împotriva durerilor de plămâni de care sufeream. Foarte sfios, zic, căci în starea mea eram aşà de nervos, că nu puteam grăì tare faţă cu mai mulţi. Mi se

spuse să pun un compres, care mi-a făcut bine. De atunci rămăsei cercetător credincios al acelor întruniri. Câţiva ani pe urmă, prin 1868, s'a îmbolnăvit fratele meu foarte rău, fără ca vindecarea naturală, aşà cum erà atunci, să-i poată folosì cevà. Atunci auzirăm de cura lui Teodor Hahn, că făceà minuni. Fratele meu s'a hotărât să-l întrebe, şi după câtevà săptămâni se întoarse mult mai bine. Şi eu vedeam mereu foloasele vindecărilor naturale şi mă căutai cu încredere.

Dar răul nu mă lăsase. Sămânţa boalei lăsată dela părinţi se desvăleà mai departe, cu atât mai mult cu cât căutarea medicală de mai înainte adusese pricini noui de boală. Starea îmi erà din ce în ce mai rea, până ce la urmă ajunse cu totul nesuferită. La stomac începeam să am cancerul moştenit, plămânii îmi erau pe jumătate stricaţi, durerile de cap ajunse atât de mari că doar la aer le mai alinam, de dormit liniştit şi de lucrat nici prin gând nu puteà să-mi treacă. Azi trebue să spun că, deşì arătam roş şi plin, eram greu bolnav. In acel timp urmam până în amănunte tot ce-mi porunceà meşteşugul vechiu de vindecare firească : băi, împachetare, clistire, duşuri, etc., în scurt întrebuinţam tot, fără să capăt altceva decât o uşurare. Atunci descoperii prin observare în natura liberă, legile pe cari se sprijină vindecarea cea nouă ce întrebuinţez şi propovăduesc. Pe dânsa mi-am întemeiat întâiu planul de vindecare, şi pe urmă am făcut uneltele trebuitoare. Incercarea a fost cu noroc. Starea mi se îmbunătăţeà din zi în zi. Şi alţii urmând sfatul meu, urmau aceeaşi căutare şi erau mulţumiţi.

Aparatele erau minunate. Prevedeam boalele ce aveau să vie şi de cari acel bolnav nu ştià încă, dar cari aveau să vie.

Trebuià să mă încredinţez dacă descoperirile mele nu erau nişte amăgiri. Când vorbeam despre aceste lucrări, întâlneam uimire, neîncredere, primire nepăsătoare, bătae de joc, nu numai din partea doctorilor

şi părtaşilor acestora, dar chiar din partea prietenilor metodei naturale a celor mai mari reprezentanţi ai ei.

Unora din aceştia le-am dat aparatele mele să le întrebuinţeze fără plată. Le-au respins fără a le cercetà serios şi cinstit într'un ungher ca lucruri netrebnice, să putrezească în praf şi păinjeniş.

Am priceput că n'ajunge să afli izvorul şi mersul boalelor, precum şi vindecarea şi să faci instrumente potrivite pentru căutarea bolnavilor, că nu e de ajuns să ai o diagnoză nouă şi o prognoză, sprijinită pe organismul însuşi; că e departe de a fi de ajuns să arăt cum a lucrat căutarea naturală asupra mea însumi, asupra familiei mele, a prietenilor şi cunoscuţilor. Am văzut limpede că trebue să mă îndrept la mulţime, şi prin pilde numeroase, să întrec alopatia şi omeopatia prin metoda vindecării naturale şi de sus până jos să-i încredinţez pe toţi despre dreptatea neîndoelnică a sistemului meu, în armonie cu legile naturii.

Această credinţă m'a aruncat într'o luptă grea, de oarece, când am voit să mă ţin de vindecarea bolilor fără medicamente şi fără de operaţii, trebuià să las fabrica mea întemeiată de 24 de ani şi care mergeà destul de bine, şi să dau toată puterea mea unei chemări noui, care, deocamdată, puteà să-mi aducă numai ură, batjocură şi pierderi şi nici un folos bănesc. Ani de zile şovăii între minte care mă opreà şi între conştiinţă care mă împingeà la împlinirea chemării mele.

La 10 Octombrie 1883, am deschis în sfârşit stabilimentul meu de azi. Dar ce am prevăzut s'a întâmplat cu vârf şi îndesat. In anii dintâi mai n'a venit nimeni la mine, deşi avusesem oarecari reuşite, cari ar fi putut atrage luarea aminte. După asta veniră încet, încet, la început la băi, pe urmă tot mai mulţi şi la facerea curei, cu vremea vizitatorii se înmulţiră, mai ales din afară, fiindcă fiecare din cei ce fuseseră la mine, trimeteau pe alţii, erau cei mai buni agenţi. Lecuirea descoperită de mine şi ştiinţa fizionomiei alcă-

tuită tot de mine, s'au adeverit pe mai multe mii de persoane şi pe mulţi i-am putut, prin cunoaşterea dinnainte a bolilor viitoare, să-i apăr de boli primejdioase. Tocmai pe aceasta pun şi eu cel mai mare preţ, căci numai astfel ne va fi cu putinţă din nou să fim o rasă, în adevăr, sănătoasă.

Descoperirile s'au întărit în fiecare caz deosebit, experienţele cu anii, s'au îmbogăţit şi sănătatea mea, care erà aproape condamnată, tocmai prin urmarea regulată a metodei nouă s'a îmbunătăţit atât, încât pot acum duce oboseala ce-mi pricinueşte această practică foarte întinsă. Dar lucrul a fost cu putinţă numai fiindcă după multă cugetare, am găsit un fel de bae de şezut, care e aşà de puternică încât pot spune cu siguranţă că vindecă orice boală, aibă orice nume ar vrea. *Orice boală, — nu zic orice bolnav,* al cărui organism va fi cine ştie cât de ruinat şi care, mai ales, va fi cine ştie cât de otrăvit prin doctorii — tot va găsì în metoda mea uşurare şi potolire a durerilor, când nu se va mântuì şi vindecà desăvârşit.

Viu înnaintea d-voastre, Doamnelor şi Domnilor, cu conştiinţa mândră şi veselă, că după ce am luptat aproape un sfert de veac cu boala, m'am mântuit singur şi totodată, pentru fericirea tuturor, am găsit drumul căutat atâta de cele mai mari spirite, anume vindecarea adevărată şi îndepărtarea bolilor. Aceste cuvinte sună a îngâmfare şi deşertăciune. Dar metoda în orice caz şi chiar unde n'a fost chip de scăpare, tot se adevereşte.

La descoperirile mele m'a dus observarea cea mai încordată, judecată, experienţă, cu plan anumit, întemeiată pe metoda experimentală.

Dacă unii mă numesc şarlatan, tăgăduindu-mi cunoştinţele trebuitoare pentru îndeplinirea profesiei mele de azi, sufăr cu linişte desăvârşită şi cu nepăsarea cea mai neclintită. Doar cei mai mari binefăcători ai omenirii şi mai ales descoperitorii şi născocitorii, de obiceiu au fost „şarlatani“ şi nespecialişti, fără să mai

pomenesc pe Prissnitz, de căruţaşul Schroth, de teologul şi silvicultorul Franke (Rausse), de farmacistul Hahn, cari, cu mintea limpede şi cu voinţa tare, au creat o ştiinţă nouă de vindecare.

In ce legătură stă noua vindecare cu metoda tradiţională a medicinei alopate şi omeopate şi cu metoda de vindecare naturală de până acum?

Voiu face critica acestor metoade de vindecare, cari, ca orice lucrare omenească au greşeli şi slăbiciuni atâta cât e de nevoie pentru a le lumină pentru folosul omenirii şi pentru înţelegerea celei nouă; dar e liber fiecare de-a face ce crede mai bine! Trebue ştiut în ce legătură stă metoda mea cu sistemele vechi şi întrucât se deosibeşte de ele, pentru a hotărî ce-i al ei, cât şi valoarea ce are în parte ori în totul.

Metoda nouă de vindecare fără medicamente şi fără de operaţii are comun cu allopatia numai că amândouă vor să vindece.

Incolo se deosibeşte cât cerul de pământ. Da, eu socot otrăvirea cu medicamente ca una din cele mai însemnate pricini de boale. Nu se găseşte mai nici un om sănătos şi bolile cronice se înmulţesc atât de inspăimântător. Metoda nouă de vindecare, întrebuinţată la vreme, va face chirurgia aproape netrebuitoare.

Omeopatía a fost o luptătoare ageră împotriva medicamentelor. Ea, prin cătimile mici de medicamente ce dă, cari nu se pot descoperì nici prin chimie şi prin diete potrivite; este trecerea mijlocie, către metoda de vindecare fără medicamente. Dar îi lipseşte un principiu puternic şi limpede în legătură cu dieta şi chiar dozele ei mici, după cercetările mele, nu sunt cu totul nedăunătoare.

Metoda veche naturală de vindecare e cu mult mai presus decât celelalte, este temelia metodei nouă de vindecare fără medicamente şi fără operaţii. Cu toate astea a trebuit să mă mărginesc mai mult la descoperitorii mari, la întemeietorii sistemelor: Prissnitz, Schrott, Rausse, Teodor Hahn, decât la cele noui. Prin

zelul lor de individualizare, aceşti din urmă sunt în primejdie a se depărtă dela căile luminoase şi simple ale naturei. Naturaliştilor de până acum le lipseşte cunoştinţa unităţii pricinei bolilor şi cunoaşterea legilor după cari materiile îmbolnăvitoare se mişcă în trup şi se aşează în anumite locuri. Cu alte cuvinte le lipseau cunoştinţa adecărată a bolilor şi ale tuturor formelor de boli, cunoştinţa acelei legi vechi naturale, dar până acum necunoscută, pe care se întemeiază toate descoperirile mele. Mai departe naturaliştii se slujesc de diagnoza şcoalei medicale, deşi e cunoscut că nu e nevoe de asemena „exacte" diagnoze, stă deci cu un picior în lagăr străin.

Arta nouă de vindecare dă alte diagnoze, care e urmarea firească a boalei şi care se citeşte pe din afară, pe faţă şi pe grumaz. Aceasta e ştiinţa expresiei fizionomiei [1]). Metoda naturală are la îndemână o mulţime de felurite întrebuinţări ale apei : împachetări, clistire, duşuri, stropire, băi pe jumătate, băi întregi, băi de şezut, băi de aburi. Acestea însă sunt în parte netrebuitoare când cunoaştem pricina adevărată a boalei. Metoda nouă de vindecare, simplifică, pe cât se poate, întrebuinţarea apei.

Pe când metoda naturală de până acum dădeà dietă nehotărâtă şi hrană amestecată ca mai de mult, metoda nouă de vindecare dă hrană neaţâţătoare, bine hotărîtă, bazată pe legile naturale.

După cum vedeţi, deosebirile de metodele de vindecare de până acum, cari repet încă odată, a dat rezultate foarte bune, sunt atât de mari, încât, cu drept am

1) Vezi **Louis Kukne**, *Ştiinţa fizionomiei*. Manualul unui nou fel de a cercetà şi cunoaşte bolile, întemeiat pe cercetări şi descoperiri personale. Cu multe figuri în text. Eşită în limba germană engleză, spaniolă, daneză, română şi telugă (indostană localnică). Preţul ediţiei a 12-a germană 7,50 lei, legată 8,75 lei. Ediţia lui Louis Kuhne, Leipzig, Flossplatz $^{15}/_{24}$. Preţul ediţiei româneşti tradusă de doctor Toma Simionescu, lei 50; legată 120 lei.

dat nume nou metodei mele de vindecare, fără de medicamente şi fără de operaţii.

Nu pot să vă povestesc toate încercările ce am făcut, până ce mi-am întemeiat sistemul, fără îndoială ar fi pentru unii foarte interesant, dar de nici un folos practic. E foarte însemnat lucru când poţi merge drept la ţel şi de-a puteà ocolì toate rătăcirile, cari pentru aflarea acestuia au trebuit făcute.

După acestea să trecem la chestia noastră.

Chestia fundamentală ce trebue s'o luminez întâiu şi pe care se întemeiază ştiinţa nouă de vindecare e : *„Care trup este sănătos şi care nu?“* Părerile obişnuite sunt foarte multe.

Cine n'a făcut experienţa aceasta? Unul pretinde că e deplin sănătos, numai îl necăjeşte puţin reumatismul ; altul suferă numai de nervozitate, altfel e, cum s'ar zice, sănătatea întrupată, ca şi cum trupul s'ar alcătuì din părţi deosebite, cu totul neatârnate, abià stând în legătură. Această părere se sprijină pe metoda obişnuită de vindecare, deoarece aceasta lucrează numai asupra unor organe şi mai nu ţine seamă de cele vecine. Şi doar e neîndoelnic, limpede, că trupul este un tot, ale cărui părţi stau mereu în legătură între ele, aşà că îmbolnăvirea uneia are înrâurire asupra celorlalte.

Că este aşà, se poate zilnic observà. Ai o durere de dinţi şi eşti neînstare a lucrà ceva şi nu-ţi place nici mâncarea, nici băutura. O aşchie în degetul cel mic are aceeaş lucrare ; o apăsare în stomac ne face să nu putem lucrà nici cu mintea, nici cu trupul. Asta e înrâurirea dusă prin nervi. Dar vedem îndată, cum o turburare aduce alta după sine.

Dacă asemenea turburări ţin mult, şi urmările ţin, fie că le simţim, fie că nu. Un trup poate fi sănătos, numai când toate părţile lui sunt în starea lor normală şi îndeplinesc slujba pentru care sunt menite, fără durere, apăsare ori încordare. Părţile trebuie să aibă toate forma cea mai potrivită cu scopul şi acela care

se potriveşte mai mult cu ideĭa de frumuseţe. Nu este forma pe din afară potrivită ? Atunci au fost înrâuriri cari au schimbat-o. De aceea trebuie felurite observaţii, ca să putem până în amănunţime hotărî forma normală şi anume trebue căutat persoane, în adevăr sănătoase, ca să cercetăm formele de pe acestea. Lucrul a ajuns aproape cu neputinţă, vorbind de inşi sănătoşi şi puternici, în adevăr. E drept, mulţi se cred atari ! Dar dacă întrebăm mai cu deamănuntul, fiecare are câte ceva de nimic, după cum zic ei : o durere neînsemnată, dureri de cap, cari se arată uneori, din când în când, dureri de măsele sau alte asemenea manifestaţii, cari arată, că de sănătate deplină nu poate fi vorba. De aceea trebuie studii foarte felurite, ca să poţi cunoaşte forma adevărat sănătoasă a trupului. Se ajunge la această cunoştinţă prin alăturarea formelor celor bolnavi cu ale celor sănătoşi. Din cele ce vor urmà, veţi vedeà şi mai limpede pe ce cale se poate ajunge la ţel.

V'am amintit acì pe scurt faptul, că boala schimbă forma trupului, şi o să vă atrag luarea aminte încă asupra câtorva fenomene cunoscute. Vă voiu amintì întâiu de cei cari sufăr de îngrăşare, al căror trup ia forma cunoscută, şi persoanele uscate, cari n'au deloc grăsime. Amândouă sunt cazuri de boală, fără nici o îndoială. Apoi pierderea dinţilor, care schimbă toată înfăţişarea ori stările de podagră, când se fac noduri; reumatismul încheeturilor care să umfle părţi întregi ale trupului. In toate aceste cazuri se întâmplă aşà fel de schimbări, că le poate oricine cunoaşte. In alte boli nu ĭzbesc aşà tare vederea şi totuşi pot să vă amintesc câteva. Toţi ştiţi că omul sănătos are ochii limpezi şi trăsăturile nu-i sunt schimonosite. Numai o să vă fie greu de hotărît marginea, la care faţa e potrivită cum trebuie şi veţi mărturisì că unii au vederea mai ageră decât alţii, când e vorba de astfel de lucruri. Aşà, adesea la un ins, pe care-l vedem după ani de

zile, găsim că s'a schimbat foarte mult în rău, fără să putem arătà în ce stă acea schimbare.

Şi totuşi aceste schimbări, prin cari trupul s'a făcut mai puţin frumos, mai urât, au însemnarea lor adâncă, asupra căreia voiu stărui mai târziu. Din toate urmează, că boala prin schimbările trupului, se vădeşte mai ales la cap şi la gât şi că avem datorie vajnică, a cunoaşte schimbările şi a le tălmăcì.

Dacă toată lumea ar puteà face acest lucru, nu pot să hotărăsc, căci trebue stăruinţă mare şi exerciţiu neîntrerupt în observare. Cine vrea a se îndeletnicì cu ştiinţa fizionomiei, va face bine să ia cartea mea, care am scris-o anume despre aceasta, unde va găsì pe larg despre toate.

Azi, onorată adunare, să vă atrag luarea aminte asupra altei pietre de încercare a sănătăţii.

Fiindcă la orice boală totdeauna ià parte tot trupul, putem să aflăm starea sănătăţii de pe orice organ. De aceea alegem mai bine pe acela, a cărui lucrare se cunoaşte mai bine şi poate fi mai lesne băgată în seamă. Astea sunt organele mistuirii. O mistuire bună este semn de sănătate şi, dacă se face din zi în zi fără greş, şi trupul e fără îndoială sănătos. Putem vedeà lucrul la animale.

Se vede după excremente (balegă) cum le-a fost mistuirea, trebue să fie aşà fel date afară, ca să nu murdărească trupul. Puteţi vedeà la cai şi pasări, cari trăiesc slobode. Să mă iertaţi, când se vorbeşte de sănătate şi boală, trebuie, dacă pomenesc despre acest punct delicat; dar grăind fără ruşine despre orice funcţie.

Capătul maţului gros e foarte bine făcut. Este aşà format, încât darea afară a materiilor, dacă vin în stare potrivită, se face fără de greutate şi nu se poate întâmplà murdărie. Am vorbit de acest lucru în cărticica mea.

„Sunt sănătos ori bolnav?“ Hârtia igienică este o născocire a omenirii bolnave ; cei deplin sănătoşi n'au

deloc nevoie de ea. Să nu mă înţeleagă cineva rău. Nu zic că cel care nu e deplin sănătos, prin neîntrebuinţarea hârtiei ar face vre-o ispravă — la bolnavi e numai trebuitoare pentru curăţire.

De pe mistuire poate oricine vedeà dacă e sănătos ori nu. Această piatră de încercare e foarte însemnată şi nu mă tem să spun hotărît, cu tot râsul neîncrezătorilor : ferice de cel care prin această încercare, va află că e deplin sănătos. Omul sănătos se simte totdeauna deplin bine, nu ştie de dureri ori neplăceri, câtă vreme nu-i vin din afară. Mai ales nu-şi simte niciodată trupul, îi place munca şi găseşte bucurie în lucru, până osteneşte ; pe urmă poate gustà liniştea dulce în toată plăcerea ei. Aceluia îi va fi lesne a duce durerile sufleteşti, împotriva căror trupul său îi dă balsam mângâietor ; lacrimile, de cari în mari nenorociri nici bărbatul nu trebuie să se ruşineze. Un bărbat sănătos nu cunoaşte chinuitoarele griji pentru familie, găseşte destulă putere în sine spre a îngriji de ai săi. O mamă sănătoasă îngrijeşte de ai săi cu bucurie, îşi poate hrăni copilul singur şi, când şi aceştia sunt deplin sănătoşi, ce vieaţă fericită ! Pe feţele acestora străluceşte totdeauna un zâmbet fericit, nu se vede neliniştea necontenită, nu s'aud mereu plânsete şi ţipete. In scurt, creşterea copiilor sănătoşi e o bucurie, şi la astfel de copii, înrâurirea pedagogică e mult mai lesne şi mai trainică.

Cum ia naştere boala? Ce sunt frigurile?

Conferinţă de **Louis Kuhne**

Onorate Doamne şi Domni,

Ce este bola? Cum se naşte? Cum se şi arată? Aceste întrebări voiu să vi le tălmăcesc azi.

Citiţi pe anunţ şi cealaltă întrebare: Ce sunt frigurile? Veţi vedeà îndată cum găseşte ea tot acolo răspunsul. Răspunsul nu este numai de mare însemnătate pentru teorie, dar mai cu seamă pentru practică. Intâiu văzând limpede firea boalei, putem să găsim şi chip adevărat de vindecare şi de căutare, fără a umblà cu încercări, bâjbâind în întuneric.

Drumul ce batem, este acelaş pe care s'au aflat şi alte legi naturale. Plecăm dela observaţii, şi tragem de acolo încheieri, dovedind apoi prin experienţe adevărul acestor încheieri.

Observaţiile noastre trebuie mai întâiu să se întindă asupra tuturor simptomelor ce întâlnim la bolnavi, şi pe urmă să descoperim pe acele cari se repetă şi vin în fiecare boală. Aceste simptome sunt de seamă, *esenţiale,* pe ele trebuie să ne întemeiem ca să cunoaştem natura boalei.

In conferinţa trecută, am spus că la boli anumite,

observăm schimbări bătătoare la ochi ale trupului. Aceste schimbări m'au împins să caut dacă nu se găsesc la toţi bolnavii. Experienţa a dovedit întotdeauna şi mereu dovedeşte că aşă e. Anume se schimbă faţa şi gâtul, şi la acestea se observă mai limpede schimbările. Ani dearândul am cercetat dacă observaţiile mele se potrivesc la toate cazurile, şi dacă odată cu schimbarea formelor de afară, se schimbă şi sănătatea, şi aşà a fost mereu. Atunci se întărì în mine credinţa că fiecare trup trebuie să aibă o formă normală caracteristică pentru starea de sănătate, şi că orice depărtare dela forma normală o pricinueşte îmbolnăvirea. Toate schimbările gâtului şi ale feţei ne dau o icoană lămurită de starea de răutate a trupului. Acestea m'au adus la descoperirea şi întrebuinţarea diagnozei mele nouă, a ştiinţei fizionomiei, pe care o întrebuinţez de 20 de ani în practică.

Schimbările la gât şi cap se află şi mai mari la burtă jos şi la trunchiu, fiindcă, după cum vom vedeà mai târziu, de acolo dela burtă pleacă. Deci depe cercetarea gâtului şi capului, avem icoană neînşelătoare despre starea trupului întreg. Cunoaştem aceste schimbări de afară ale gâtului şi capului, prin creşterile ce se întâmplă, când materia bolnavă se grămădeşte în ţesătura muşchiulară şi trupul se umflă cu aceste materii bolnave. Starea aceasta e mai puţin primejdioasă. Se mai pot cunoaşte creşteri de încordare, adică de pe învârtoşări a deosebite ţesuturi. Veţi înţelege mai lesne această stare dacă vă veţi închipuì un cârnat. De obiceiu plin, este mlădios în toate părţile. Dacă umplem cârnatul tot mai tare, o să ajungă atât de întins şi tare, încât nu va mai fi cu putinţă nici o îndoire, fără să plesnească pielea. Tot aşà umflarea trupului merge până la un loc şi mai departe încordarea ţesuturilor e cu neputinţă. Foarte limpede se pot observà încordările, când bolnavul întoarce capul şi gâtul. Această stare e mai rea decât cea dintâiu. Dacă nu este loc pentru depozitele de materii streine în ţesuturi, a-

cestea se aşează sub formă de noduri, pe lângă ţesuturile musculare sub piele şi se văd la gât. Când găsim asemenea noduri la gât şi cap, nu greşim niciodată şi e semn că vom găsì şi mai multe noduri în părţile trunchiului. Pe învălişul burtei, în asemenea cazuri, sunt noduri de deosebite mărimi, lesne de simţit şi de văzut, de oare ce la gât se fac noduri, dupăce sunt multe în burtă. O explicaţie despre facerea nodurilor şi starea lor în trup, nu s'a dat încă. O voiu da vorbind despre boala de plămâni. Dimpotrivă, nu vedem la bolnavii slabi, cum materiile străine înlocuesc ţesuturile normale şi rămăşiţele acestora stau uscate printre depozite bolnave. Coloarea nefirească a pielei este încă un semn neîndoios de boală şi nu lipseşte niciodată la unele boli.

Cele două figuri de acì, luate după natură, arată un bolnav de inimă, care a suferit de dropică, înainte de a face cură la mine ; a doua e după patru luni de stare la mine. Se văd pe dată schimbările cari s'au făcut în acest timp. Bolnavul erà greu încărcat cu materii străine ; prin căutarea mea, în trei luni s'a mântuit de o mulţime din aceste materii, prin căile firesti de scoatere. Nu pot acì merge mai departe asupra ştiinţei fizionomiei, căci m'aş depărtà dela scop.

Dar ce ne învaţă schimbarea formelor trupului despre fiinţa boalei? E fără îndoială că aceste ridicături şi umflături vin din pricina materiilor ce s'au aşezat în aceste părţi. *Nu ştim dela început dacă materiile acestea fac boala, ori boala e pricina.* Dar observaţia ne duce mai aproape de adevăr. Depozitele se fac mai întâiu pe o parte a trupului, şi sunt acolo mult mai tari decât la cealaltă, şi aceasta e partea pe care obişnuim să ne culcăm. De acì urmează că *materiile se supun gravităţii şi se aşează jos.* Fiindcă partea aceasta e cea mai bolnavă, de acì urmează că *materiile străine fac boala.* In alte cazuri, boala vine şi în cealaltă parte. Mai încolo voi aduce şi dovezi pentru cele ce spun. Afară de aceasta putem încheià că sunt ma-

terii străine, adică de cele cari nu sunt ori nu trebuie să fie sub aşă formă în trup. Materiile hrănitoare din trup nu pot să urmeze legea gravităţii, căci atunci ar trebuì şi în trupurile sănătoase să se facă depozite, oridecâte ori am dormì mereu pe o parte.

Trupul se sileşte vădit a îndepărtà aceste materii. Nu arareori se fac *buboaie, răni deschise,* ori isbucnesc sudori îmbelşugate, ori erupţii prin cari trupul caută să se cureţe. După ce se întâmplă aceasta, vine o stare de însănătoşire în locul boalei ; numai dacă eliminarea a fost îndestul de tare.

Aici căpătăm dela sine o explicaţie a înţelesului boalei. *Boala este aflarea de materii străine în trup,* dacă explicaţia noastră e adevărată, avem o dovadă

Fig. 1

F.g 2

ce nu se poate tăgăduì. Indată ce vom alungà, prin mijloace potrivite, materiile străine pricinuitoare ale boalei, trebuie să înceteze şi boala, iar trupul capătă *forma normală.*

Dovada aceasta s'a făcut. In conferinţele viitoare o să vă povestesc un şir de experienţe de acest fel.

Acum însă, să cercetăm mai deaproape ce fel de materii sunt acelea şi de unde vin în trup.

Sunt două căi prin cari pot intrà materii în trup, anume prin nas în plămâni şi prin gură în stomac. La

amândouă căile sunt străji, dar nu cu totul credincioase, căci lasă de trece materii cari n'ar trebuì să intre. Aceste străji sunt nasul şi limba, cel dintâiu pentru aer, a doua pentru hrană.

De îndată ce începem a nu ascultà cu sfinţenie de miros şi de gust, aceste organe nu-şi mai îndeplinesc datoria cu acelaş zel şi lasă puţin câte puţin de intrà în trup materii dăunătoare. Ştiţi cum te poţi obişnuì să stai în cel mai des fum de tutun, ca şi cum ar fi aerul cel mai sănătos şi bun.

Mai mult decât nasul, s'a stricat limba. E ştiut că pe aceasta încet-încet o deprinzi cu mâncările cele mai contra naturei. Să vă amintesc nenumăratele feluri de mâncări pe cari le credeţi azi mai mult decât trebuitoare, dar cari toate în veacurile trecute nu se cunoşteau şi cu cari azi oamenii s'au deprins atâta, încât mai curând lasă la oparte mâncările firești, decât pe acestea ?

Hrana plămânilor nu-i încă atât de nenaturală ca a stomacului, fiindcă nu putem face ca la cel dintâiu lux, şi, de obiceiu, ne place încă şi azi aerul curat mai bine, pe când întăritoarea fiertură de făină care da strămoşilor noştri sânge şi putere ca hrană de dimineaţă, la puţini mai are trecere.

Ca să arăt mai lămurit cum organele de mistuire pe încetul ajung la cerinţi împotriva naturei, voiu arătà următorul exemplu :

Un cal de muncă duce uşor 50 de kilograme, şi va puteà duce odată, din întâmplare şi o greutate de 80 de kilograme, dacă îl vom silì zilnic să ducă 80 de kilograme, de sigur, dobitocul va duce-o câtva timp, dar în curând oboseala se va arătà. In urmă, nu va mai puteà duce nici 50. Am asuprit dobitocul, lucrul se va vedeà pe dinafară de pe picioarele umflate şi de pe alte semne. Tocmai aşà se petrece cu organele mistuirii.

Şi acestea se obosesc pe încetul, foarte pe încetul, din pricina unei lucrări nefireşti, aţâţări. Dar, încet, încet, puterea lor se prăpădeşte, fac numai în parte

slujbă. Trecerea dela starea sănătoasă la cea bolnavă se întâmplă pe încetul, (adesea după zeci de ani), aşă că boala vine după multă vreme, fără să se bage de seamă.

Foarte greu se poate spune care e câtimea de hrană ce poate duce un stomac bolnav. Ades un măr, e de ajuns pentru un bolnav, pe când două sunt dăunătoare. Un măr ar fi putut mistui stomacul unui bolnav, pe când două sunt prea mult. *Tot ce-i prea mult, e otravă pentru trup.* Nu trebuie să uităm că tot ce introducem în stomac va rebui să se mistuie.

Stomacul sănătos poate mistui bine numai o câtime de mâncare. Tot ce-i prea mult, este şi pentru el otravă. Dacă nu se îndepărtează, se depune ca materii străine în trup. Cumpătarea la mâncare şi băutură este pretutindeni temelia trainică a sănătăţii.

Ce să face cu acele materii străine? Le numesc străine, fiindcă sunt străine corpului. Trupul caută să le înlăture şi anume prin una din căile hotărâte de natură. Din plămâni merg de-adreptul prin răsuflare în aerul înconjurător, din stomac prin maţe afară, ori trec întâiu în sânge şi pe urmă sub formă de sudoare, ud şi aerul expirat, deci prin piele, rinichi şi plămâni, ies afară.

Aşă îngrijeşte trupul grabnic ca păcatele noastre să nu aibă urmări rele. Negreşit nu trebuie să cerem prea mult. Dacă cerem ca trupul să alunge prea mult, nu poate dovedi şi trebuie să se aşeze materiile străine înnăuntrul său. Nu slujesc la creşterea trupului, ci îl stânjenesc, fiindcă împiedică circulaţia, slăbesc hrănirea; dar puţin câte puţin se aşează mai ales în apropierea organelor de dare afară, căci ele erau pe acea cale.

După ce s'a început depozitul, se măreşte repede dacă nu se fac schimbări în trup.

Acum încep cele dintâiu stricări ale formelor, totuşi ochiul iscusit le vede. Astfel de trup este bolnav, dar boala e fără durere, e *cronică.* Se sporeşte pe încetul

şi cel lovit nu ia seama. Numai după lung timp începe a aveà cunoştinţa unor schimbări neplăcute Numai are aşà poftă de mâncare, nu mai poate lucrà cu trupul ca înainte, nici cu mintea, ori simte alte simptome asemănătoare. Starea tot e încă uşor de suferit, câtă vreme organele de curăţire mai lucrează cu putere, câtă vreme pielea, rinichii, plămânii, lucrează zdravăn şi pielea dă sudoarea caldă, dar, îndată ce aceste lucrări slăbesc, se simte că trupul merge mai rău.

Depozitul se face în apropiere de organele de alungare, se aşează însă curând şi în părţile cele mai depărtate, mai ales în partea de sus a trupului. La rădăcina gâtului se văd bine schimbările şi s'arată când întoarnă gâtul. Se poate vedeà şi prin care parte s'au urcat materiile străine.

Inainte de a vorbì mai departe de urmările ce aduc adunarea acestor materii, să se ştie că azi numai în cazuri rari se poate aflà boala dela început. Cei mai mulţi oameni se nasc încărcaţi cu materii străine ! Şi pot spune că asta e pricina pentru care aproape nici un copil nu scapă de aşà numitele *boli ale copilărieì.* Acestea sunt un fel de mijloc de curăţire. Trupul, silit de boli, cată să se cureţe de materiile străine aflătoare în el, dar despre aceasta mai pe larg în conferinţa viitoare.

Materiile cari s'au aşezat întâiu în burtă, năvălesc în tot corpul şi împiedică desvoltarea normală a organelor.

Organele câte odată scapă din primejdie, fiindcă se fac mai mari ; dar nu pot să se mărească mereu, fiindcă unde sunt materii străine, acolo nu încap materiile hrănitoare. Acolo e şi circulaţia turburată, deci suferă hrănirea mai mult ori mai puţin şi organele sunt mai subţiri tocmai din pricina materiilor dinăuntrul lor.

Aceste materii pot să stea în deplină linişte timp lung, dar din pricină trecătoare pot să se facă schimbare în ele.

Aproape toate materiile acestea se pot topì şi schimbà ; materiile se pot transformà şi descompune, dacă vor aveà prilej. Materiile se pot dospì.

Fermentarea adesea se întâlneşte în trup şi e de mare însemnătate. La orice fermentare se ivesc fiinţi mici din soiul plantelor şi se întâmplă schimbări însemnate în materia fermentată.

La orice dospire se desvoltă căldura ; cu cât mai puternică e fermentarea, cu atât e mai mare ridicarea temperaturei. Această căldură se produce prin frecarea între ele şi cu trupul, cât şi prin fermentarea însăşi şi prin schimbarea ce ea pricinueşte substanţelor dospitoare.

Orice fermentaţie poate din împrejurări potrivite să dea îndărăt. Tot astfel e doar cu toate felurile de

fermentări. Acesta e lucru cunoscut, dar pe care nu l'au înţeles încă până azi în fiinţa lui adevărată.

Mă voiu mulţumì să vă amintesc cum în natură se face ghiaţa din apă ; aceasta, la căldură mare şi vânt, se preface în abur şi cum acesta se face nevăzut, iar apoi îndesându-se, se fac nouri şi pe urmă ploaie, zăpadă ori grindină, cade din văzduh, şi se preface în lacuri şi ape curgătoare.

La frig se preface în ghiaţă. Toate astea le face numai schimbarea de temperatură. Creşterea mereu a căldurii face schimbarea apei, pe când adăugirea răcelei face schimbările îndărăt. Tot asemenea lucru se petrece la desvoltarea materiilor străine din trup şi aceleaşi condiţii fac darea lor îndărăt şi darea lor afară.

Ce sunt acele plante mici, ori acel ferment, nu e lucru însemnat pentru noi, dar e foarte însemnat de ştiut că acestea numai acolo se desvoltă, unde găseşte teren potrivit, unde găsesc materii cari sunt în stricare.

Dacă sunt condiţiile, trebuie numai vreme ori o îmboldire, şi fermentaţia începe. Asemenea fermentaţie se întâmplă şi în trup, îndată ce terenul este potrivit, îndată ce sunt destule materii străine, cari ameninţă să se prefacă ori descompune şi îndată ce are loc imboldul din afară. Asemenea cauze sunt: schimbarea timpului (de acî aşà numita răceală), mai departe o mâncare dospitoare care stă prea multă vreme în organele mistuirii, apoi *supărarea, spaima, lovituri,* etc.

Observaţiile mi-au arătat că fermentaţia începe totdeauna în burtă. Din pricina ei avem diaree şi se sfârşeşte. Adesea însă, mai ales când sunt încueri, nu-i ajunge trupului acest ajutor şi fermentaţia se urmează, mai ales în acele părţi unde sunt depozite.

E întocmai ca în sticla din figură. Prin fund nu poate eşì fermentul, iese deci pe sus. In partea de sus a trupului simţim mersul fermentului şi căpătăm dureri de cap.

Fermentaţia pricinueşte căldură şi în curând simţim ridicarea de temperatură. Este starea pe care o numim friguri. De pe cele spuse, înţelegem că sunt frigurile, avem o explicare a lor.

Acestea le avem deci, când sunt în noi materii străine, iar locurile de eşire firească ale lor sunt astupate, deci când: 1) nu eşim regulat afară; 2) nu dăm afară urină (ud) destulă; 3) porii pielei ne sunt închişi şi că respiraţia nu e îndestulătoare.

Din cele zise, scoatem explicaţia următoare, foarte simplă, a frigurilor, sprijinită şi trasă din observaţii şi experienţă îndelungată.

Frigurile sunt fermentaţie în trup. — Vom înţelege mai bine *fenomenul frigurilor,* când ne vom închipuì fermentaţia aşà cum se petrece în afară de trupul nostru. Dacă lăsăm să stea câteva zile o sticlă cu bere proaspătă, vedem că începe să se turbure, adică fermentează. Despre fermentaţia în sine ştim că e o descompunere, o transformare, un fel de putrezire şi că în vremea cât se urmează, se desvoltă în materiile ce dospesc un fel de plante, de organisme, numite *bacili.* Desvoltarea trebuie să ne-o închipuim astfel: aceşti bacili nu vin, cum se crede, din afară în materia care fermentează şi apoi se înmulţesc, ci iau naştere chiar prin *transformarea materiei acesteia* şi deci sunt *numai materie transformată,* adică făcute prin fermentare.

Prin fermentare ori putrezire, materia primitivă îşi schimbă forma. Tot aşà din mâncare şi băutură, prin fermentarea mistuirii, se formează trupul viu al animalelor, aceasta e deci hrana transformată prin mistuire. Astfel căpătăm convingerea că toată vieaţa e numai o transformare neîncetată în anumite împrejurări şi că fără aceste împrejurări, pe cari le numesc fermentare, nici nu se poate închipuì vieaţă. Fenomenele văzute ale fermentării sunt următoarele :

Intâiu materiile fermentătoare din tot lichidul ce se aşează la fundul sticlei. Dacă o clătinăm ori dacă se schimbă temperatura, materiile aşezate la fund încep să se mişte şi caută să se întindă. Această dilatare se face în sus şi e cu atât mai mare, cu cât sunt mai multe materii în fermentaţie la fundul sticlei.

Să mai luăm aminte ceva despre fermentaţie. Oricine ştie că punem sticlele cu vin şi cu bere în pivniţă ca să nu fermenteze repede. Temperatura pivniţei e aproape aceeaş iarna şi vara, aşà că nu se întâmplă

schimbări mari, din această pricină nu se face fermentarea repede.

Şi în trupul nostru fermentarea se face mult mai uşor la urcarea căldurei. Vedem de ce în ţările sudice şi tropicale, frigurile sub toate formele domnesc mai cu putere, pe când clima noastră stâmpărată este locul bolilor cronice.

E aşă mai cu seamă din pricina schimbărilor repezi de temperatură. Ţările fierbinţi, cari au câte odată ziua + 30° Reamur = 37°,5 centigrade, iar noaptea + 4° R. = 5° C.

In părţile noastre nordice, deosebirea rareori e mai mare, ba chiar mai mică de 10° R. = 12°,5 C.

La noi frigurile sunt mai ales primăvara, fiindcă atunci e cea mai mare deosebire de temperatură. Tot aşă înţelegem de ce copiii au lesne bolile lor acute (crize de curăţire de materiile străine), cunoscutele *boli ale copilăriei,* pe când în vârsta mai înaintată sunt bolile cronice. Pe lângă pomenita schimbare de temperatură, mai dă şi puterea mare de vieaţă a copiilor ajutor, fără să mai aibă nevoie de aţâţare din afară, spre a se sili cu tărie *să se vindece,* dacă au boli acute pentru a depărtă materiile străine.

Se întâmplă în trup aproape aceleaşi fenomene ca în sticlă. Şi acì materiile fermentatoare se aşează *în partea de jos* a trupului, şi de acì se urcă prin *schimbare de temperatură, zguduiri şi emoţii.* Şi acì mişcarea se face de jos în sus, materiile fermentătoare caută să se întindă şi năvălesc spre piele. Câtă vreme aceasta este închisă, năvălirea găseşte piedică, din această pricină se întâmplă frecare şi din frecare căldură. Aceasta este tălmăcirea cunoscutelor frigurì.

Tot aşă se explică de ce omul, când îl prinde frigurile, e mai umflat decât când nu le are. Fiindcă pielea se poate dilată, se umflă când materiile străine se grămădesc spre dânsa şi cu cât îngrămădirea va fi mai mare, cu atâta şi dilatarea pielei e mai mare.

Materile fermentătoare caută mereu să se dilate şi

ne mai găsind loc în afară, îşi caută drum înlăuntru. Trupul arde înlăuntru şi urmarea neînlăturată este moartea — bine înţeles numai dacă porii pielei rămâne închişi. Dacă e deschisă, materiile fermentătoare găsesc loc şi părăsesc trupul sub formă de sudoare. Inlăuntrul trupului se uşurează astfel încordarea pielei şi căldura încetează.

Fără îndoială, asemănarea trupului încărcat cu materii fermentătoare cu sticla plină nu se potriveşte întotdeauna. In sticlă, fermentul are mersul slobod, materiile fermentătoare se pot dilată fără nici o piedică în toate părţile, până dau de pereţi. In trup se lovesc mereu de piedici, fiecare organ li se împotriveşte şi le opreşte mersul. Atunci se opresc, se lovesc şi se freacă de ele, producând călduri şi nimicindu-l, dacă nu li se deschide o cale, pe unde să plece. După partea care o atacă, se arată boala la stomac, plămâni, ficat ori inimă, etc. Ce parte anume loveşte, atârnă de drumul ce au luat materiile fermentătoare, şi acesta, la rândul lui, de locul unde s'a făcut depozitul şi de felul lui.

Mai departe va fi datoria mea să vă arăt cum se poate deschide porii pielei. Trebuie să vă vorbesc întâiu de alt fenomen. Inainte de fierbinţeală, observăm câteodată, vreme de zile, săptămâni, ba chiar luni, alt fenomen protivnic celuilalt, anume fiori şi frig.

Explicaţia acestora e foarte simplă. Se întâmplă îndată ce sunt depozite însemnate. Sângele nu mai poate ajunge până la margini, ci se grămădeşte în părţile din lăuntru, încât acolo se face fierbinţeală.

Aceste depozite dăinuesc la unii mai mult, la alţii mai puţin, până ce materiile fermentează şi se mişcă din pricinile pomenite mai sus : *schimbarea de temperatură, zguduire, emoţii.* Depozitele acestea aduc turburări în circulaţie şi în hrănire. Vasele sângelui se astupă în parte, mai ales cele mici, aşă că sângele nu mai poate merge până la piele. De acî urmează răceala picioarelor şi a mâinilor, precum şi fiori de frig

în tot corpul. Fiorul de frig este înainte mergător căldurei frigurilor, şi vom face mare greşeală de a nu-l luă în seamă. Dacă facem pe dată un tratament potrivit, boala nu se poate desvoltă şi o înăbuşim dela început.

Vorbind în urmă despre fermentare, am spus că întotdeauna se află organisme mici, numite *bacili,* cari se desvoltă dela sine. Tot aşă e şi la friguri. Iată o deslegare simplă şi a chestiei bacililor. Indată ce materiile depuse în partea de jos a trunchiului încep să fermenteze, bacilii, produs al fermentării, se ivesc şi pier dela sine îndată ce fermentaţia a încetat, şi trupul s'a însănătoşit, adică îndată ce fermentaţia dă îndărăt.

Aşă dar, nu poate fi vorba de o molipsire misterioasă a trupului cu bacili, dacă nu sunt materii străine în trup. Deci, nu e vorba de ucis bacilii, ci mai curând de nimicirea pricinei fermentării, de depărtarea materiilor străine.

Atunci dispar dela sine aceşti monştrii, cari au speriat atâtea suflete slabe. Mai târziu voiu vorbì pe larg despre primejdia molipsirii.

Câteva pilde vă vor dovedì şi mai mult cele spuse. Inchipuiţi-vă o cameră care a stat o săptămână dearândul nemăturată şi necurăţită, cu toate că zilnic s'a adunat în ea necurăţenie. Foarte curând se vor adunà tot felul de gângănii în acea cameră şi vor necăjì pe locuitorii cari vor căutà să-i nimicească ; dacă voim să ucidem aceste jivine cu otravă, cum se face de când lumea, vom ucide neapărat un număr mare dar nu va fi ceva durabil, căci necurăţenia însăşi este pricina adevărată, producătoare şi hrănitoare a jivinelor şi ce le prieşte. Vom ajunge cu totul la alt rezultat, dacă vom curăţà camera cu desăvârşire, de toate necurăţeniile şi dacă vom ţine-o curată şi în viitor, cu o lovitură vom luà tuturor jivinilor terenul prielnic şi vom aveà linişte odată pentru totdeauna.

Altă pildă. Inchipuiţi-vă o margine mlăştinoasă de

pădure, vara. Fie cine ştie ce pacoste sunt ţânţarii în asemenea loc, pentru noi. E de prisos să cauţi a-i ucide cu otravă. Vei ucide sute de mii, dar milioane peste milioane vor ieşì din nou din mlaştină. Aceasta singură este pricina acestor musafiri, cari ne chinue, deaceea leacul e să o secăm. Pe înălţimi uscate nu trăiesc ţânţari. Dacă am voì să facem o încercare şi să ducem ţânţari pe aceste înnălţimi, ca să se prăsească, am vedeà cum s'ar întoarce iarăşi îndărăt la mlaştină, fiindcă înălţimile uscate nu sunt pentru ei.

Altă pildă o să vă lumineze şi mai mult. Domnia-Voastră ştiţi cu toţii că la tropice căldura soarelui pricinueşte o desvoltare mult mai mare a animalelor decât în zonele astâmpărate şi îngheţate. In ţările calde, tocmai *fiarelor* şi *mâncătoarelor de leşuri* le merge bine. Oricât ne-am ostenì să le ucidem, mereu altele le-ar luà locul. Se vede decì că ăstor animale le prieşte acì, unde este desvoltare mare de vieaţă şi o putrezire repede ; dacă n'ar fi acestea, repede hoiturile putrezite ar otrăvì văzduhul şi n'ar mai fi de trăit. Acum veţi înţelege de ce tocmai la tropice sunt cele mai multe mâncătoare de carne vie şi de stârvuri şi nu la miază-noapte, unde abià trăeşte renul, care mănâncă iarbă şi muşchi.

Dacă am voì să stârpim carnivorele şi mâncătoarele de hoituri, ar fi deajuns să schimbăm condiţiile de viaţă : să depărtăm animalele ce le slujesc de hrană şi carnivorele vor pierì dela sine, toate celelalte mijloace sunt nefolositoare.

Cu cât sunt mai mici, vietăţile, cu atât mai greu este să le depărtezi deadreptul. De aceea cu microbii e tocmai aşà. Voim să-i depărtăm ?

Nu trebuie medicamente ca să-i otrăvim, ci vom căutà să ne ajungem scopul, depărtând materiile streine din trup.

Prin aceste pilde v'am arătat cum lucrează natura în mare. Tot aşà face ea şi în cele mici ; doară legile ei sunt aceleaşi. Ea nu are excepţii pentru pricinile

bolilor. Întocmai cum gângăniile, ţânţarii, carnivorele şi mâncătoarele de hoituri, se află acolo, trăiesc şi stau numai unde găsesc hrană şi fără de aceasta pier, tot aşă cu *frigurile: fără teren potrivit, fără de încărcarea trupului cu materii străine, nu sunt cu putinţă.* Numai acolo unde se află asemenea materii, pot, după cum am spus, *ajunge să fermenteze, care fenomen îl numim friguri.*

Când ştim ce sunt frigurile, găsim lesne cum să le îndepărtăm. Pielea închisă spre care năvălesc materiile dospitoare, trebuie întâiu s'o deschidem, făcând trupul să năduşească.

Când isbucneşte sudoarea, materiile fermentătoare ies şi frigurile încetează cu sudoarea, însă n'am îndepărtat încă pricina boalei, căci fermentaţia lucrează numai asupra unei părţi din materiile străine. Celelalte, cari au rămas liniştite, sporesc şi sunt izvor de friguri, cari, la prilej, pot isbucni.

De aceea trebuie să scoatem din trup şi aceste materii. Pentru aceasta slujesc băile de trunchiu cu frecări şi băile de şezut cu frecări, a căror descriere o dau mai pe urmă. Prin acestea trupul se aţâţă să dea afară firește materiile străine.

Mai trebuie depărtat tot ce poate strică trupului. Bolnavul să aibă linişte deplină, nu trebuie să citească, să povestească, să asculte, etc. Deasemenea sgomotul străzei trebuie înlăturat şi camera, ziua, ceva întunecată, asemenea şi noaptea, dar trebue să lăsăm să intre aer curat.

Numai după ce am depărtat destul de multe materii străine, am îndepărtat şi pricina frigurilor şi deci a boalei.

Să mai amintim cele spuse, ca să mai scoatem câteva încheeri însemnate.

La toate bolile găsim schimbate formele normale ale trupului. Aceste schimbări se fac din pricina materiilor străine.

Materiile străine în trup sunt boală. Ele nu pot găsi

întrebuinţare în trup, ci se fac din pricina unei mistuiri neîndestulătoare. Materiile străine se aşează întâiu în apropiere de organele de dare afară, dar se întind încet, încet, prin fermentare, în tot corpul. Câtă vreme organele depărtează mereu o parte din ele, starea trupului e cum e, îndată însă ce lucrarea aceasta se micşorează, se întâmplă turburări mari. Totuşi aşezarea materiilor nu face dureri fiindcă e înceată, cronică, se face îndelung timp şi n'o băgăm de seamă.

Aceste boli fără durere şi încete, sunt cele cărora le zicem cronice sau îndelungate.

Materiile străine, de obiceiu, putrezesc lesne şi sunt potrivite pentru dospire, deci terenul pe care bacilii se pot naşte şi prăsi. Fermentarea începe în burtă unde stau cele mai multe materii străine, dar apoi se urcă în sus. Boala se schimbă : sunt dureri şi friguri. Această stare de *boală dureroasă cu fierbinţeală, o numim boală acută, grabnică.* Din toate cele spuse. trebuie să scoatem încheieri însemnate : *Este o singură pricină a bolilor, este o singură boală, care, din nenorocire, se arată sub o mulţime de forme.* Trebuie să deosebim deci nu felurite boli, ci felurite manifestări de boală. Totodată să luăm aminte că numai rănile căpătate nu trebuie socotite acì, căci acestea nu sunt boli, în înţelesul de mai sus. Voiu vorbì despre aceasta la capitolul III.

Cred in unitatea *bolilor şi o apăr pe temeiul observaţiilor mele.*

V'am arătat calea, care m'a dus la această credinţă prea îndrăsneaţă, după unii, că este numai o boală.

Prin ajutorul observaţiilor şi deducerilor din aceasta, avem la îndemână o descoperire de însemnătate fundamentală pentru căutarea bolilor, dar sunt oare în stare să dovedesc prin fapte că am dreptate ?

In ştiinţele naturale de azi, se ţine mai mult la o singură dovedire : prin experienţă. In cazul de faţă se poate face experienţă prin căutarea tuturor bolilor în acelaş chip, vindecându-le şi având aceeaşi reuşită.

Nu pot acì, în această adunare mare, înaintea ochilor Domniilor-Voastre, să aduc tot soiul de bolnavi şi să-i vindec, arătându-vă schimbările stărilor lor, ale formelor trupului şi ale puterii lor de muncă, făcându-vă să vedeţi pas cu pas mersul însănătoşirii.

Pot însă, în conferinţele viitoare, să vorbesc de un şir din cele mai cunoscute, mai primejdioase şi mai grozave boli, să vă explic pricina lor, mersul vindecării — şi să vă dau totodată, pe cât se poate, pilde din practică — să vă arăt că toate au o cauză unică, în ciuda formulelor aşà de deosebite.

In conferinţa viitoare voiu începe cu aşà numitele boli ale copiilor.

Origina, scopul şi vindecarea bolilor copilăreşti, unitatea lor.

Pojarul, scarlatina, difteria, vărsatul, tusea măgărească, scrofulele.

(Conferinţă de *Louis Kuhne).*

Onorate doamne şi domni,

Boala este fiinţa materiilor străine în trup. Acesta a fost rezultatul, pe care în conferinţa trecută vi l-am dat, din observaţii. Materiile străine, stau în noi ina-

inte de naştere, ori le căpătăm din materii stricătoare. Trupul caută să le depărteze prin maţe, plămâni,

rinichi şi piele. Se depun însă când nu-i în stare să le depărteze. Astfel formele trupului se schimbă. Mai ales la locurile strimte, la gât şi la faţă se vede bine.

Aduceţi-vă aminte de sticla cu materii în fermentare. Cum se vede în figură, câtă vreme este deschisă, poate fermentul, fierberea curge afară.

Să ne închipuim că punem în sticlă o ţeavă cu gumă umflată sus şi închisă, care să nu lase să treacă gazurile. Guma fiind moale, se va umflă puţin câte puţin, cu cât va sporì fermentaţia, se va umflă şi ea pe cât se poate. Veţi aveà ideie mai bună despre trup, închipuindu-vă o sticlă ai cărei pereţi s'ar puteà întinde, şi prin care s'ar puteà vedeà materia dospitoare. Veţi vedeà cum apăsarea se simte în toate părţile, şi cum schimbarea formei atârnă numai de apăsarea materiei dospitoare.

Toate se petrec tot aşà în trup, numai cu deosebire că locul nu-i pretutindeni slobod, ci pretutindeni sunt organe prin cari trebuie să treacă ori să le ocolească, şi cari totdeauna împiedică desvoltarea în voie a fermentaţiei. Vatra, cuibul dospirii, e de altfel în partea de jos a burţei, în sticlă e la fund, schimbarea formei se face ca şi în butelie.

Materiile aşezate în trup fermentează şi fermentarea le duce în tot trupul. Fermentarea face căldură şi atâţă tot trupul. Starea aceasta o numim friguri. Dacă se petrece fermentarea în părţile mai lăuntrice, atunci şi căldura e mai la adânc şi ne vin fiorii. Această stare e mai primejdioasă decât fierbinţeala. Simţirea de frig o avem totdeauna înainte de friguri şi e datorie grabnică să schimbăm starea aceasta în căldură, adică să scoatem afară frigurile din lăuntru şi să aducem la faţă materiile fermentatoare. Dacă nu reuşim, frigurile se prefac în boală grea sau aduc moarte, căci organele lăuntrice se aprind ori rămân cu totul încărcate de materii străine pretutindeni, când încetează fermentaţia.

Acest punct trebue să-l arăt încă odată şi să-l des-

făşor mai departe, înainte de a vorbì despre bolile copiilor. Acum trec la acestea.

Bolile copiilor sunt un şir de boli, cari vîn în vârsta copilăriei. *Vă voiu arătà cum toate au aceeaş pricină,* şi că e însemnat lucru a cunoaşte pricina lor unică, şi că orice nume medical este de prisos, şi câte odată chiar înşelător. Aceste boli pot venì numai când în trup e destulă materie fermentătoare. Fără îndoială, cei mai mulţi oameni vin pe lume cu destule materii de boală. De aceea e aproape sigur că fiecare va aveà boli copilăreşti. De aceea copiii au mai des boli acute decât oamenii marî.

Se pot însă înlătură, cum vă voiu arătà iar printr'o pildă. Pentru a ferì oraşele şi satele de explozii, nu se lasă niciodată în ele depozite mari de praf de puşcă orì alte materii explosibile. Se ştie bine că oricâtă stra-jă ar fi, tot poate odată cădeà acolo o scânteie. De ce nu voim să fim şi cu trupul nostru tot aşà de băgă-tori de seamă? De ce băgăm mereu materii străine, cari pot căşunà explozii? De ce nu avem grijă să le dăm afară? Adesea aceste izbucniri în trup nu sunt atât de primejdioase, dar pot uneori duce la moarte, când fermentul bolilor nu găseşte eşire.

Să privim acum mersul bolilor la copiii mai de a-proape. Voiu păstrà numele lor, deşì pentru mine nu-mele n'are însemnătate, le păstrez pentrucă arată cele mai caracteristice boli copilăreşti.

Bolile copilăreşti, vin cum toţi ştim, în felurite chi-puri, şi primejdia este iarăşi foarte schimbătoare, aşà că nu pare deloc uşor, la fiecare caz, a găsì mijlocul nemerit. E datoria mea a vă arătà în ce stă deosebi-rea bolilor şi cum pot face să iasă bine la capăt. Intâiu trebue să vă amintesc că şi la cele mai deosebite boli se întâmplă două fenomene mai însemnate, căldură ori fiori de frig.

Să ţineţi bine minte, când voiu intrà în descrierea fenomenelor în amănunte.

Pojarul. Să ne închipuim un copil bolnav de pojar,

îl găsim neliniştit, fără somn şi cu pielea uscată, „copilul arde".

Nimeni nu poate spune dela început ce fel de boală copilărească e, numai împrejurarea că alţi copii sunt bolnavi de pojar ne face să presupunem că şi acì tot pojar o fi. Totuşi putem să luăm măsuri. Avem, fără a aşteptà, mijloc de tratare.

Frigurile le putem depărtà numai precum urmează. Trebue să ne silim a deschide porii pielei, ca trupul să asude ; afară de asta trebue să combatem căldura prin răcire. Indată trebue să şi slăbească frigurile. De lăsat îl vor lăsà după ce va fi sudoare.

In cele mai multe cazuri, după acest tratament pojarul nu mai isbucneşte, ori, cu alte cuvinte, materiile străine se vor depărtà şi da afară, sub o formă pe care n'o putem numì cu numele unei boli speciale, fiindcă materiile străine au ieşit sub formă de urină, sudoare sau prin maţe şi plămâni. Dacă nu se face aşà la vreme, vine pojarul, cum ştim, sub forma de pete roşii, cât lintea de mari. Cu cât erupţia e mai tare, cu cât adică materia dospitoare vine mai multă la piele, cu atât e mai puţină primejdie pentru vieaţa copilului. Cu cât mai puţină şi slabă e erupţia, cu atât e mai primejdioasă fierbinţeala care lucrează în organe şi le poate lesne aprinde. Se întâmplă lesne aprindere de plămâni, trupul se prăpădeşte nu pentrucă are pojar, *dar pentrucă nu l'a avut desăvârşit.*

Pentru vindecarea pojarului mai trebue de adăogat următoarele : să căutăm să fie slobode căile fireşti de dare afară, pielea, rinichii şi maţele; iar organismul să-l răcorim până încetează căldura cu totul, de unde urmează, bine înţeles, ca să fie şi mistuirea regulată.

Răcoreala se capătă prin băile mele şi anume prin cele de trunchiu cu frecări, sau prin băi de şezut cu frecări. Sudoarea se poate căpătà mai ales dacă muma ţine copilul la piept, în pat, lângă dânsa şi prin căldura ei îl face să asude ; dar se mai poate şi altfel, învelindu-l cu perne de puf şi cu pături de lână, într'un

pat mare, având grijă zi şi noapte, de aer curat. Dacă nu ajungem nici aşà la scop, trebue bae cu abur. Mai lesne e cu aparatul meu de baie de aburi în cameră. După fiecare baie de abur, trebuie răcorit corpul prin o baie de trunchiu cu frecături.

Dacă am reuşit să facem copilul să asude, e mare îmbunătăţire. Dacă vine din nou căldura, atunci trebue din nou răcorit prin bae de trunchiu cu frecături ori prin bae de şezut cu frecături, pe urmă punem copilul în pat să asude. Răcorirea trebue făcută de câte ori vin frigurile.

Dacă apăsarea e tare spre cap, ori spre ochi, ori în altă parte a trupului, vom căută mai ales să depărtăm apăsarea de acolo, prin o bae locală de aburi la organul prea tare încărcat. Dacă pielea asudă, partea trupului se va uşurà, nu va mai fi primejdie cu materiile fermentătoare să nimicească un organ. După fiecare bae locală cu aburi trebue bae răcoritoare de şezut cu frecături ori bae de trunchiu iarăşi cu frecături.

Să amintim ce-am spus despre friguri şi pojar; veţi înţelege cum boala aceasta nu se întâmplă numai fiindcă erà în trup o câtime însemnată de materii străine, şi stăteau adormite, şi până ce, din o pricină oarecare au început să fermenteze, dând friguri şi boala numită pojar. Vedeţi dar că pojarul are tot aceleaşi pricini ca şi frigurile şi mai departe vă voiu arătà cum simptomele ce voiu mai arătà sunt tot din această pricină. (Vezi şi rapoartele de vindecare scoase din practică, partea IV-a, scrisori originale).

Scarlatina. La scarlatină găsim aproape aceleaşi simptome ca şi la pojar, dar frigurile sunt de obiceiu mult mai puternice, de aceea grija părinţilor, cu drept, e mult mai mare. Pe piele s'arată la scarlatină de asemenea pete roşii stacojii. Petele la început sunt mici, pe urmă se unesc de se fac mari şi late. Dar erupţia nu e aşà de întinsă ca la pojar, adesea numai pe o parte a trupului, anume pe cap, piept şi trunchiu, iar pe

picioare mai puţin. Adesea acestea sunt reci, în vreme ce arde trupul. Capul şi inima sufăr mai tare la scarlatină şi e un lucru cunoscut că pe copiii bolnavi de scarlatină îi dor urechile şi ochii.

Onoraţi ascultători, acum veţi înţelege negreşit că aceste fenomene s'au întâmplat şi acì ca mai sus, materiile fermentătoare din partea de jos a burtei s'au urcat la cap şi la gât şi de acolo în partea de sus a trupului, au intrat în fermentare puternică.

Primejdia e cu atât mai mare, cu cât e mai mică partea pielei care ia parte la erupţie şi deci darea afară a materiilor bolnave mai mică.

Rămâne apoi întrebarea : ce-i de făcut ca să dăm ajutor puternic şi repede ? Mai întâiu trebue depărtată primejdia dela ochi şi urechi, deschizând porii, făcând aburi la cap şi aburind bine. (Vezi băile de aburi totale şi parţiale). Indată ce capul s'a uşurat şi s'au deschis porii, încetează durerea şi primejdia întâia a trecut. Se poate prea bine ca asemenea băi de aburi la cap să trebuiască repetate, căci durerile vin iar peste câtva timp. Ar venì chiar regulat după câtăva pauză, dacă n'am aveà grijă să scoatem prin alte căi materiile fermentătoare, prin răcorirea şi frecarea părţei de jos a burtei, prin care să deşteptăm maţele şi rinichii, precum şi prin piele. Mistuirea, fără îndoială, dela începutul frigurilor e turburată, chiar şi nici înainte nu erà în regulă, fie că părinţii luaseră seamă ori nu. Frigurile răpesc organelor mistuirii materia mucoasă şi cleioasă, le usucă de nu-şi pot împlinì lucrarea. Urmează deci încuerea. Prin răcorire şi frecare înrâurim foarte bine mistuirea. Nu mai trece mult şi se dau afară materiile, semn bun pentru mersul scarlatinei. La scarlatină trebue timp mai mult şi căutarea energică cu mijloacele arătate, până avem efect, dovadă nouă că sunt mai multe materii străine decât la pojar.

Vedeţi cum scarlatina se întâmplă numai din pricina dospirii materiilor străine în trup, care aduc fri-

guri. Fiindcă dospesc mai multe materii şi frigurile sunt mai tari şi fermentul merge spre cap. Pricina acestei boli este aceeaşi ca la toate cele cu friguri. Pentru căutarea scarlatinei o să vă dau pildă din practica mea. O fetiţă de şapte ani şi un băiat de doi ani a unui fabricant din Lipsca s'au îmbolnăvit de scarlatină şi doctorul de casă a spus că boala e foarte grea, aşă că vindecarea aveà să întârzie şapte până la 8 săptămâni. D-l W., care aveà dela mine pentru căutarea sa un aparat de făcut aburi, luă cu mine vorba despre copii, căci îi păreà prea lungă cura medicală a doctorului. După ce am cercetat copiii, l'am încredinţat cu tot dinadinsul că tratamentul meu va ţine cel mult opt zile. Erà cel de care v'am spus mai sus. Făceà copiilor bae de abur şi după astă bae de trunchiu cu frecări la 17°—18° R = 21° — 25,5° C.

Fiecare dată, când le veneà căldura mare, făceau bae de trunchiu, cam la fiecare două ceasuri. Dieta în deosebi la această boală e cu atât mai de nevoie, cu cât trebue păzit de mâncări aţâţătoare, de carne, care tocmai priesc frigurilor şi împiedică încetarea lor. Copiii să mănânce numai pâine, supă de crupe, de grâu şi fructe crude ori fierte, toate acestea numai când simt că li-e foame bine. După cum am spus dinainte, copiii peste opt zile au fost sănătoşi, spre bucuria părinţilor. Doctorul care proorocise că vindecarea aşă de repede va lăsà o boală de rinichi, a trebuit să mărturisească faptul că micuţii, erau deplin sănătoşi.

Difteria. Cuvântul difterie aduce tuturor părinţilor grijă şi groază. Căci se ştie primejdia mare ce înspăimântătoare boală aduce cu sine.

Fenomenele de pe dinafară sunt cam altele decât la bolile pomenite mai înainte, totuşi frigurile sunt şi aici semnul de căpetenie. Câteodată frigurile sunt slabe, mai ales la copiii molateci cari stau în pat şi se plâng nu numai că nu pot să răsufle, dar sunt foarte rău bolnavi. La aceştia frigurile sunt mai ales înăuntru, pielea nu lucrează, maţele şi rinichii sunt obosiţi de tot

şi totuşi materia dospitoare ar căutà să iasă la faţă, căci n'are loc înăuntru.

Aceste cazuri sunt cele mai primejdioase ; dacă trupul s'ar puteà curăţà de ele, ca la pojar şi scarlatină prin darea materiilor afară, primejdia nu e mare ; dacă nu reuşim s'aducem focul dinlăuntru la faţă, este puţină nădejde de vindecare.

Trupului îi rămâne acuma un singur drum, gâtul, spre care se îndreaptă fermentul cu furie, aşà că în scurt timp ameninţă cu moartea prin înăbuşire.

De oarece ameninţă această primejdie, trebue dat ajutoare locale, ca să uşurăm gâtul, fie măcar pe scurt timp. Reuşim la difterie foarte uşor prin băi de aburi, cari domolesc durerile şi dau materiile afară.

Asta nu-i încă destul, dar ajutorul acesta ne dă vreme să curăţăm vatra de căpetenie a materiilor străine, care trebue căutată tot în organele dela partea de jos a burtei.

E o minune cât de repede se schimbă cu băile mele starea în gât. Anume băile de şezut cu frecături, au lucrare atât de minunată încât, după câteva băi, pier din gât petele. Dar grămădirea materiilor la gât a mai pricinuit alt rău, l-au umflat şi aprins. Această umflare şi aprindere e mai primejdioasă decât petele de vegetaţie.

Inainte de arătarea difteriei, bolnavul se mai plânge de obiceiu de dureri la genuchi, la umere şi alte încheeturi. Aprinderea la încheeturi poate ţineà mult chiar când izbucneşte cu putere. Nu-i tot aşà cu gâtul, de aceea trebue îngrijit cât mai cu tărie gâtul.

Ar fi greşală a încetà cu lucrarea asupra organelor de jos, cum vedem că au pierit petele. Din contră, trebue urmate cu ea până ce vedem că sunt scaune bune şi că se face mistuirea.

Numai după asta bolnavul se poate crede vindecat, ca şi mai înainte, trebue socotită pielea ca organ de eliminare, cel mai puternic, ea are menirea de a scoate materiile bolnave, adunate aproape sub faţa ei.

Gândiţi-vă iar la garafa cu pereţii cari se pot întinde. Câtă vreme e închisă materia nu poate eşi, urmarea este apăsarea şi încordarea. Indată ce, cu un ac, facem o gaură, materia dospitoare găseşte drum şi garafa ia din nou forma de mai înainte. Tocmai aşă e cu pielea trupului. Fiecare asudare e o dare afară a materiilor dospitoare. Dar orice mistuire este o dospire şi pielea trebue să lucreze necontenit, ca

trupul să nu fie bolnav. De aceea sănătoşii au pielea moale şi caldă. Pielea uscată şi rece este semn de boală în trup.

Bolnavii atinşi de difterie au pielea aproape nesimţitoare şi îi trebue aţâţări mari ca să lucreze. Chiar la difterie o mamă sănătoasă nu trebue să se teamă să ia copilul în pat, poate aşă şi-l va mântuì. Câtă vreme bolnavul nu ese afară regulat, natura întrebuinţează pielea pentru a curăţà sângele, şi se slujeşte şi mai târziu neîntrerupt de ea. Dacă mama ar fi avut grija să facă să asude trupul copilului şi prin căldura ei, să facă să-i lucreze rinichii şi pielea înainte ca pielea să i se usuce, poate difteria nici n'ar fi isbucnit. Numai când nu se poate căpătà altfel asudare trebue aleragat la băi de abur, şi chiar la băi întregi.

Şi difteria aţi văzut că are aceeaşi pricină ca şi bolile numite mai sus. Numai înfăţişările sunt altele. Numai un observator uşuratec s'ar puteà înşelà şi crede, că feluritele boli au felurite pricini. Ingrijirea o s'o lumineze printr'un caz căutat de mine.

M'a chemat d-na S., care aveà băiatul său în vârstă de 9 ani, bolnav de difterie. Copilul a făcut o bae de abur. Fiindcă nu erà la îndemână un aparat ca al meu, a trebuit repede să înjghebez unul. Am pus copilul pe un scaun de paie, sub aceasta o oală cu 4—5 litrii de apă clocotită, picioarele de asemenea le ţineà deasupra unui vas, plin pe jumătate cu apă clocotindă şi învelit cu două pături, i-am acoperit tot trupul cu învelitori de lână care împiedică aburul să iasă. După ce a înăduşit bine, i-am făcut o bae de trunchiu cu frecături, cu apă la 18° R = 22° C., şi i s'a frecat burta până s'a coborît căldura dela cap. A început să respire mai lesne, dar ca să se răcorească şi să răsufle bine trebuià ca la fiecare trei ceasuri să i se facă o bae de trunchiu cu frecături, timp de a jumătate de ceas, chiar şi noaptea. Câtă vreme stà copilul în pat, fereastra erà puţin deschisă, ca să aibă aer curat.

Prin ajutorul băilor s'au micşorat frigurile, încât după o zi de căutare nu mai erà nici o primejdie. Cu această îngrijire copilul în cinci zile s'a vindecat. Aşà se vindecă înfricoşata difterie, pentru care medicina, scurtă de vedere, caută încă leac.

Vărsatul. Vărsatul vine mai ades decât credem. Neapărat din statisticile oficiale nu se vede lucrul. Căci un tată de familie care e deprins cu tratamentul natural, nu arată aşà de uşor cazul poliţiei, ca să nu aibă el şi ai lui, o mulţime de greutăţi şi neajunsuri fără de folos. Cu toate astea, vărsatul, căutat cum se cuvine, nu-i aşà de primejdios. Vărsatul s'arată sub felurite forme, de pildă ca bubuşoare, bube cu puroiu, şi bubuşoare negre. Mai de mult toate erupţiile se socoteau vărsat. Cele mai primejdiosae sunt cele negre, căci la acestea frigurile sunt mai puternice şi duc, da-

că se caută prost, la moarte. Tocmai de aceea e atât de spăimântător, deoarece boala, care, prin căutare greşită, duce repede la moarte, se socoteşte ca mai primejdioasă, decât cele la cari înainte de sfârşitul nenorocit, zace bolnavul mult, ori se poate vindecă mult mai greu, şi după multă vreme, chiar cu căutare cumineţească, dacă mai poate scăpă de boală.

Vărsatul e aşà de primejdios numai fiindcă nu ştiu să-l caute şi au căutat să-l înlăture cu altoirea. Bine îngrijit n'ar fi ajuns nici odată aşà de spăimântător. Vărsatul negru se cunoaşte lesne când se arată îndestul, dar s'aseamănă la început cu toate boalele copiilor, vedem numai fierbinţeală mare. Puţin câte puţin s'arată pete roşii închise, mari cât lintea, seamănă cu cele de pojar. Se ridică în sus şi seamănă cu o coacăză, care pe jumătate stă în trup, iar cu cealaltă jumătate afară. In mijloc e un punct negru. Vărsatul poate să s'arate pe tot trupul ori numai pe unele locuri. Pricina e deosebitele feluri de împărţire şi grămădire mai mare ori mai mică de materii în trup care fac dospirea. Mai rău când vărsatul s'arată la faţă, fiindcă pot să rămâe urme, când nu-l îngrijim bine. Nu e o întâmplare că vărsatul s'arată la o parte ori alta, şi că atacă mai ales capul şi că mulţi bolnavi de vărsat n'au mai de loc urme pe trup, dar faţa le e plină. Să vă amintiţi asemănarea cu garafa cu tub de cauciuc. Pe partea pe care se află multe materii streine, se întâmplă şi dospirea. Aşà se va face şi mai mult vărsat. Dacă sunt părţi mai mici ale trupului încărcat cu materii străine, atunci în acestea se vor arătà mai mult bubele de vărsat, aşà încât unii vor fi plini dela o ureche la alta, chiar peste nas, cu bube de vărsat, pe când la trup vor aveà numai ici colea câte una. Capul, putem zice, e staţia din urmă în trup. Dacă materiile dospitoare sunt în mişcare, acì găsesc o margine şi se adună. Cum am văzut în garafă, prin dopul căreia am băgat acel tub de cauciuc, materiile dospitoare caută mereu să se urce în sus, şi capul

stându-le piedică în mergerea în sus, lucrează asupra lui.

Indată ce s-a făcut erupţia, primejdia e mai mult sau mai puţin trecută. De obiceiu mor numai acei bolnavi al căror trup nu-i în stare să arunce afară materia dospitoare. Adesea bubele es după moarte deodată. Se poate zice şi aci că bolnavul a murit nu pentru că a avut vărsat, ci pentru că nu l'a putut scoate. Bolnavii mor în cea mai mare fierbinţeală.

Că boala trebue să fie însoţită de căldură foarte mare nu mai e nici o îndoială, dar găsim bolnavul cu ferbinţeală mare mai ales înainte de eşirea bubelor, din pricina ferbinţelei trupului, bubele doare şi mănâncă, încât bolnavul simte nevoe să se scarpine. De aceea bubele se rup înainte de a fi coapte şi rămân semne.

Se ştie dinainte şi de aceea se leagă adesea mâinile sărmanilor bolnavi ca să-i împiedice de a se scărpină. O carte de sfaturi foarte răspândite dă şi acum acest sfat. Ce necaz pentru bieţii bolnavi! Noi ştim mijloace mai bune ca să nu rămâe acele urme, încât să numai fie nici o frică de această boală înspăimântătoare. Impiedicăm mâncărimea şi scărpinatul prin acelaş mijloc simplu, pe care l'am dat împotriva frigurilor. Să deschidem porii, ca trupul să asude şi să răcorim materiile dospitoare din partea de jos a burţei.

Când e vorba de vin ori bere, fiecare ştie că dospirea se face mai încet la rece. Aceloraşi legi se supun şi materiile dospitoare din trup. Căldura mare sporeşte orice dospire, răceala o împiedică, o încetineză şi o nimiceşte.

La boala aceasta trebue lucrat cât de repede, deoarece şi trupul lucrează cu o putere deosebită. Totuşi prin căutarea mea, boala nu mai e aşă de înspăimântătoare, şi putem fi încredinţaţi că vindecarea e sigură, repede şi întreagă, afară de rari întâmplări. Acestea vin dela starea trupului. Pot fi cazuri când a-

cesta e aşà de încărcat cu materii streine încât cu toată lucrarea pielei, să nu poată fi destul de repede date afară, ori trupul să fie prea slab, ca să le alunge. De obiceiu însă se întâmplă, când căutarea se începe prea târziu. De aceea nu pot să stărui destul şi tot spui mereu să începem lupta împotriva frigurilor îndată dela început, şi a nu aşteptà sub ce formă se va arătà boala.

Astfel vedem cum la boala de vărsat atât de înfricoşată, întrebuinţăm acelaş leac cu folos ca şi la celelalte. Dar foloseşte numai fiindcă boala are aceeaşi pricină, trupul fiind încărcat cu materii străine.

Azi, când pojarul, scarlatina nu se mai socot la un loc cu vărsatul, cum se făceà înainte, şi prin aceasta vărsatul pare mai rar, nu putem înţelege pe cei dinainte de noi, pentru care aceasta erà o groază.

Deoarece cunoaştem unitatea bolilor şi vindecarea lor, nu ne mai îngrozesc aşà de straşnic. Pe urmă, suntem în stare, prin ştiinţa fizionomiei, să cunoaştem dinainte în care parte a trupului este o adunare mare de materii rele încât la prilej potrivit să isbucnească vărsatul ca să se cureţe trupul. O să vă povestesc un caz căutat prin metoda mea.

Intr'o familie de lucrători s'au îmbolnăvit trei copii, din cinci, de vărsat negru. Erau în vârstă de 7, de 9 şi 13 ani. Tatăl, care de asemenea avusese boala, şi o cunoşteà foarte bine, a simţit în ce primejdie îi sunt copiii, dar ştià şi la ce greutăţi şi neplăceri se va supune pe sine şi familia, dacă va arătà autorităţilor boala. In taină a făcut căutarea mea celor trei copii, şi anume băi de aburi şi de trunchiu cu frecături. Starea copiilor erà foarte primejdioasă. Pielea le erà acoperită cu vărsat negru. Ca să-l ascundă, a frecat pielea şi obrazul copiilor cu cenuşe, ca să scape de orice măsuri ale higienei de azi. Şi fierbinţeala copiilor, care erà foarte mare, a scăzut după patru băi de abur şi zece băi de trunchiu cu frecături la 17° R.=21° C., atât de mult, încât orice primejdie pen-

tru viaţă s'a înlăturat şi pielea a început a se jupuià. Dietă neaţâţătoare şi aer curat le-a folosit foarte mult deasemenea.

Urmând cu băile de abur şi de trunchiu cu frecături, copiii, în câteva zile, au putut să se scoale şi să umble pe afară, dar au mai urmat căutarea mea încă o săptămână, ca să fie vindecaţi deplin.

Interesant la aceste cazuri grele de vărsat este că nici un copil n'a rămas cu urme. Toţi 5 copii fuseseră vaccinaţi de mai multe ori, cu toate astea pe 3 i-a lovit vărsatul. După aceste cazuri se poate vedeà cât de neprimejdios e vărsatul, când înţelegi cum să-l cauţi şi pricepi cât de fără scop este apărarea vaccinărei. Cine cunoaşte măsurile de apărare costisitoare şi nefireşti ce iau autorităţile sanitare îndată ce se află că într'un loc a isbucnit vărsatul. Se va puteà şi mai puţin pricepe altoirea, deoarece se spune că ea apără de vărsat.

Cât de mult trebuie condamnată vaccinarea, mai nu este nevoie să mai vorbesc. Prin vaccin bagă artificial în trup materii străine. Cum pot oamenii să se depărteze atâta de natură, nu se poate înţelege. Dar unde lipseşte ştiinţa, lesne cred în minuni. In deosebire se poate cetì despre vaccin în cartea mea pentru creşterea copiilor.

Tusea măgărească. Tusea măgărească nu-i aşà primejdioasă ca difteria şi vărsatul, dar tot mor destui copii de dânsa, iar alţii sufăr mult. Intâiu să fie ştiut că orice tuse e semn de boală grea şi aşà s'o privim, căci omul nu trebuie să tuşească, nici să scuipe flegmă. Tusea se întâmplă întotdeauna când materiile străine merg în sus şi calea lor firească din jos le este închisă, sau pielea lucrează prost sau maţele şi rinichii nu-şi îndeplinesc datoria îndestul. Şi copiii bolnavi de tuse măgărească au fenomenele dospirii. Cu alte cuvinte, au şi ei friguri. Materiile se ridică la gât şi la cap deşì trupul n'are acolo organe cari să le dea afară. De mare însemnătate e dacă asudă copi-

lul, când îl apucă tusea. Dacă asudă, se va vindecà fără de nici un ajutor. Dacă nu asudă, atunci faţa i se face roşie peste tot şi vânătă, şi bolnavul, dacă nu i se dă ajutor, moare. La urmă, deseori îi dă sângele pe ochi, pe nas, pe urechi, căci toate materiile străine năvălesc pe acolo. In asemenea caz, nu se mai poate face aproape nimic. Dacă însă ajutăm la vreme trupul, vindecarea vine chiar în cazuri grele. Căutarea este şi acì aceeaşi. Nu poate fi alta, fiindcă pricina boalei e aceeaş. Cel dintâiu lucru e să asude. Pe lângă asta trebuie alungate spre organele de scoatere materiile străine, cari se urcă în sus. Trupul are doar organe şi căi hotărâte pentru scoatere, şi numai prin acestea este cu putinţă a scoate fireşte afară materiile bolnave. Ajungem la acest scop lesne prin băile de şezut cu frecături. Indată ce vine sudoarea, tusea se linişteşte foarte mult. Dacă lucrarea maţelor se îmbunătăţeşte, încetează tusea într'un timp nehotărît. Se poate ca prin această căutare după puţine săptămâni şi chiar zile, să nu mai vie tusea, şi e credinţă greşită că boala trebuie să ţie două-trei luni.

V'am arătat că tusea măgărească vine în acelaş chip ca şi celelalte boli, de acolo că materiile străine din trup se dospesc. Din această pricină se arată frigurile. Din toate cele spuse, vă veţi fi încredinţat că toate bolile acute sunt numai o silinţă a trupului de a scăpà de materiile străine. Deci trebuie să privim cu bucurie aceste friguri, căci fiind căutare bună pot fi de cel mai mare ajutor pentru trup, curăţindu-l temeinic de toate materiile străine. Mă veţi înţelege mai bine când vă voi dà o pildă lămuritoare.

Frigurile din trup se pot asemănà cu o furtună. Intocmai după cum pe friguri le însoţesc mai întâiu o simţire de frig şi de ceva rău, tot aşà furtuna ne dă o simţire de greutate şi apăsare, pe care fiecare o simte fără să-şi dea seama. Zicem că aerul e încărcat, că apasă şi îngreuie. Simţim că ne va uşurà furtuna, fiindcă ea este în aer. Căldura şi apăsarea se urcă

până la cel mai înalt grad, chiar înaintea furtunei. Simţim primejdia înainte mergătoare a furtunei, ea vine cu furtuna şi ţine până trece. Indată ce furtuna a trecut, vine răcoare şi răceala, cu un cuvânt, viaţă nouă a întregei naturi. Furtuna e un fel de fermentare a materiilor străine din aer, care se sileşte a alungà aburul de apă nevăzut, care joacă rolul de materie străină şi care deci e o curăţire a văzduhului.

Prin această fermentare se schimbă forma aburilor. Intâiu erau nevăzuţi şi prin schimbarea temperaturei se prefac în nori şi cad ca ploaie sau grindină.

Astfel e şi cu frigurile. Indată ce isbucnesc, trupul cade în primejdie, care încetează odată cu ele şi fac loc unei vieţi nouă.

Vedeţi cum între amândouă cazurile primejdia începe întâiu cu furtună şi friguri, carî aduc după ele viaţă şi sănătate. Vieaţă nouă şi sănătate se pot căpătà numai prin această primejdie ; dar pricina de căpetenie e în cazul întâiu încărcarea aerului, în al doilea încărcarea trupului cu materii rele şi străine. Dina ceste două pilde veţi vedeà limpede unitatea legilor naturei în toate fenomenele şi că ea se impune ca o nevoie logică.

Şi din căutarea acestor boli iată o pildă din institutul meu.

Prin mijlocul lui Iulie 1889 se îmbolnăvì băiatul în vârstă de patru ani al soţilor B., din oraşul nostru, de tuse măgărească. Pe la începutul lui August ajunse boala la cel mai înalt grad. I s'a îmbolnăvit şi o fetiţă de 2 ani. Până în zece zile boala se tot înrăutăţeşte, copilul nu mai mănâncă nimic. Părinţii cari, după ştiinţa lor, au aplicat cum au ştiut metoda naturală, mi-au cerut apoi sfat şi mie. Am început a-i căutà. Fetiţa slăbise tare, aşà că nici nu puteà umblà. I-am dat pe zi câte patru băi de şezut cu frecături, şi pe urmă o asudare în pat ori la bae de soare, pe lângă asta o dietă simplă, naturală. Vremea fiind frumoasă,

se puteà lua zilnic băi de soare, cari făceau minuni împreună cu băile de şezut. După puţine săptămâni de această cură energică, copiii trecură de primejdie şi după două luni, au fost cu totul sănătoşi. Lucrul deosebit că fetiţa n'a voit să mănânce fiertură de crupe de ovăz desărat, fără zahăr şi fără unt, care i-ar fi fost de mare folos, ci numai lapte crud şi chocolată.

De aici se vede cât e de însemnat lucrul a deprinde din vreme copiii cu mâncări simple. Tot aşà n'a fost chip s'o ţie în pat, lângă mumă-sa, unde ar fi asudat numaidecât. Deprinsă în păticul ei, îl cereà cu atâta stăruinţă, încât trebuià să i se facă pe voie. Şi totuşi căldura trupului omenesc e cel mai bun mijloc de asudare şi de linişte. Nu trebuie să ne temem de urmările exalaţiilor. Animalele sunt modelele noastre cele mai bune, cari cu trupul lor îşi încălzesc puii slabi şi bolnavi. Trebuie deprinşi copiii de când sunt sănătoşi, ca braţele mamei să le fie locul cel mai plăcut, şi când vor fi bolnavi, nu vor fugì. Fireşte, întrebuinţăm cuvântul „bolnav" şi „sănătos" în înţelesul obişnuit, căci ştim că un copil cu adevărat sănătos şi căutat raţional nu se poate îmbolnăvì.

Scrofulele. Scrofulele nu sunt boli cu fierbinţeală şi nu se numără la bolile cu friguri, deşì la dreptul, tot de acelea e. Boala asta e tot atât de rea ca şi celelalte, ba aşi puteà zice că e şi mai rea. E una dintre acele boli încete, cronice, cari vin din pricina încărcărei moştenite. Puterea de viaţă a trupului nu-i destul de mare să aducă o boală cu friguri.

Cum am spus în conferinţa din urmă, boala se găseşte mai ales în climele astâmpărate şi reci ale pământului. Simptomele pe din afară sunt cam următoarele : capul mare, faţa pătrată, ochii aprinşi, pântecele umflat ori vârtos, pulpele slabe, mâinile şi picioarele strâmbe, minte leneşă. Dintre aceste semne găsim unul ori două, rar pe toate deodată. Mai sunt mâinile şi picioarele reci şi o simţire de frig în tot trupul. Tocmai această simţire de răceală face boala

primejdioasă. Ea ne arată că extremităţile au pierdut mult din puterea lor de viaţă, din pricina prea marei încărcări cu materii străine, iar înăuntru arderea e mai mare.

Trebuie să ne închipuim că părţile din afară ale trupului, mai ales extremităţile cu vasele cele mai mici de sânge, sunt tot atât de astupate cu materii străine, ca nişte tuburi de drenaj astupate la un capăt, încât sângele nu poate circulà până la piele, şi dă o simţire de frig.

Fiindcă boala nu-i cu fierbinţeală, nu-i dureroasă şi cunoaştem de pe partea din afară a trupului, că e bolnav. Nimeni nu ştià până azi să spuie de unde vine boala, ce este, şi încă mai puţin, cum se vindecă. De obiceiu se crede că e de folos schimbarea aerului, şi trimit bolnavii la băi. Nu se capătă însă vindecarea, cel mult o îmbunătăţire.

După experienţele noastre, un copil bolnav de scrofule e încărcat de tot cu materii străine, pe cari, în mare parte, le-a moştenit dela părinţi. Ele merg spre organele extreme, şi capul capătă formă pătrată.

Mai aduceţi-vă iar aminte de butelia cu lichid dospitor, şi la care i-am pus în gât un tub de cauciuc, cu boambă sus, cum erà cel pe care vi l-am arătat. Intocmai după cum aceasta se umflă prin apăsare, tot aşà trupul se umflă la scrofule. Prin ştiinţa fizionomiei putem vedeà boala dela începuturile cele mai mici. Desigur e nevoie să cunoaştem cum este alcătuit un trup normal. Despre aceasta se găseşte în cartea mea „Despre ştiinţa fizionomiei“.

Strâmbarea mâinilor şi a picioarelor e tot din aceeaşi pricină. Pielea nu lucrează şi nu poate depărtà câtimea de materii care e sub dânsa. Cum s'a pomenit, se îngreue circulaţia, de aceea pielea e rece în multe locuri.

Dacă căldura e cu atât mai mare în organele din lăuntru şi aduce neliniştea ce găsim la scrofuloşi. Sunt nişte friguri ascunse (cronice), cari ţin ani dearândul,

dacă nu le vindecăm. Dacă nu se tămădue, se face altă boală mai primejdioasă şi mai grea de vindecat decât scrofulele. Se întâmplă mai dese ori boli de plămâni din pricina scrofulelor nevindecate ori nebăgate în seamă, aşă că ele sunt începutul sau pregătirea unor boli lăuntrice grele.

Cum vom începe oare vindecarea?

Datoria noastră e să prefacem starea de răceală în stare de căldură spre a scoate focul din lăuntru afară. Fiindcă avem aface cu friguri, căutarea e aceeaş ca şi la celelalte boli cu friguri; trebuie să deschidem porii spre a depărtà materiile dospitoare. Lucrăm deci în chipul cunoscut asupra maţelor, rinichilor şi pielei.

Aceasta se face din ce în ce mai caldă, chiar arzătoare şi ţine până ce asudăm, pe urmă se întoarce la starea normală. La început cura aduce numai îmbănătăţiri vremelnice şi numai prin stăruinţă, se capătă însănătoşire trainică. Câtă vreme trebuie să ajungem la vindecare deplină e greu de spus. In zile şi săptămâni nu se face. Trebuie luni, poate ani, şi, câteodată nu se reuşeşte de loc, când trupul n'are destulă putere de viaţă.

In conferinţa a doua v'am arătat că simţirea de frig a bolnavilor are aceeaşi pricină ca şi căldura prea mare, tot aşà e şi cu scrofulele. Iată două stări de boală, cu totul deosebită la formă, cari au ieşit din aceeaşi pricină, şi cari se deosebesc numai fiindcă se arată în faze de desvoltare deosebite. După cum n'ar crede nimeni că omida şi păpuşa ei sunt acelaş animal care mai târziu sboară sub formă de fluture, şi cu toate astea cel dintâiu şi cel de al doilea sunt forme ale celui de al treilea, tot aşà se întâmplă cu deosebite boli. Fiecare ar râde pe cel care ar crede că omida e o insectă deosebit de fluture şi dimpotrivă. O credinţă asemănătoare a fost până acum despre boli, şi încă este. Şi nimănui nu i-a fost dat să afle şi acì adevărul, să cunoască înlănţuirea ascunsă. E în adevăr de plâns.

Dau un caz de vindecare de scrofule din institutul meu.

Un băiat de cinci ani, erà dela doi ani atât de bolnav de scrofule, încât nu puteà umblà. Stăteà, nenorocitul, ca o grămadă în căruţă. Tatăl său, l-a căutat cu cei mai vestiţi doctori, fără folos. Medicamentele date îi înreiseră grozav starea, aşà că doctorii spuneau că niciodată copilul nu va puteà merge. Medicamente, starea în ghips, băi electricitate, tot s'a întrebuinţaat, dar fără nici un folos, fiindcă căutătorii nu cunoşteau de loc pricina scrofulelor. Pe la sfârşitul anului al cincilea, ajunsese copilul în căutarea mea. Mistuirea pe care ceilalţi n'o luaseră în seamă, erà în cea mai rea stare. Burta umflată, în opt zile, prin cura mea, s'a schimbat mistuirea, aşà că putem nădăjduì vindecare desăvârşită. Hrănirea se făceà din săptămână în săptămână tot mai bună, aşà că în şase săptămâni, bolnavul fu în stare să se ţie în picioare. Burta nu mai erà aşà de mare şi de vârtoasă şi multe noduri se topiseră şi se muiaseră. După jumătate de an, capul copilului se micşorase mult, şi erà normal; copilul păreà sănătos, căci alergà şi erà vesel ca oricare altul.

Să vă numesc încă multe alte boli? Vor fi destule câteva nume : aprinderea ghindurilor dela urechi, spasme, diaree, cârcei, etc. Toate au aceeaş pricină, pe toate le însoţesc friguri mai tari ori mai slabe şi vindecarea trebuie căutată în acelaş fel. In toate fenomenele de boală, vedem două lucruri : ori căldură prea mare, ori frig. Amândouă fenomenele sunt, cum am aflat, friguri; de aceea amândouă trebuie căutate la fel, lucru ce am încercat în mii de cazuri, căci toate formele de boli se pot socotì ca o încărcare cu materii bolnave, cu alte cuvinte : este numai o singură boală, care se arată sub forme deosebite, de aceea este şi numai un singur fel de căutare cu putinţă. Toate aceste simptome bolnăvicioase sunt, cum am văzut, numai mijloace de vindecare ale trupului. De acì urmea-

ză că nu trebuie înăbuşite şi făcut ascunse, cum face şcoala medicală ; ci ajutat trupul să treacă prin aceste crize de vindecare, repede şi fără de primejdie. Bolile înăbuşite ori amorţite aduc, pe nesimţite, dar sigur, boli tot mai grele şi mai anevoie de vindecat ; căci materia bolnăvicioasă nu stă niciodată în nelucrare în trup, ci în necontenite schimbări şi prefaceri. Incă vreo câteva cuvinte asupra dietei ce are a se urmà la toate bolile. Trebuie să fie aşà încât trupul să nu mai primească materii străine noi şi fermentarea să nu fie şi mai mult aţâţată. Trupul doar lucrează şi aşà nu trebuie obosit cu mistuire grea. Rămâne deci ca principiu fundamental : *Dăm bolnavilor puţină hrană şi nu-i silim să bea ori să mănânce, câtă vreme nu cer mâncare şi băutură.*

Voi mai adăogà acì ceva despre primejdia molipsirii.

Nu poate fi vorba nici de o boală acută, fără să fi fost mai înainte o stare cronică, adică o încărcare cu materii străine. De aceea, starea aceasta cronică e cea mai primejdioasă. Trecerea acestei boli se întâmplă numai dela părinţi la copii, unde părinţii sunt încărcaţi cu materii străine. De aceea boala se capătă prin materiile străine. Când vedem cum copiii moştenesc dela părinţi formele trupului, cum e culoarea ochilor, cât şi însuşirile intelectuale, se va înţelege că şi materiile străine se vor moştenì mai ales dela mumă. Dovadă e că se arată la copii aceleaşi boli ca şi la părinţi.

In înţelesul de până acum, se credeà că molipsirea se poate numai în bolile acute, dar, după cum am spus, materiile străine trec dela părinţi la copii. Aceasta e o trecere de boală, o molipsire şi nimic mai mult. Cu trecerea acestor materii, trece totodată şi pricina adâncă a bolilor. Cum am amintit mai sus, de obiceiu, bolile copiilor sunt din pricina materiilor străine moştenite.

Altă întrebare ar fi dacă şi bolile acute se pot moştenì. Răspunsul e „da“ şi „nu“. Insă cei cu totul sănătoşi, adică fără materii străine, nu se pot molipsì, pot să înghiţă şi să respire microbi, bacili şi bacterii oricât vor voì. La inşii încărcaţi cu materii străine, pot asemenea materii fermentătoare să dea imbold fermentării materiilor străine aflătoare în trupul lor, mai ales când temperatura de afară e prielnică. La cei încărcaţi mai puţin, rar se întâmplă molipsirea.

In timp de boli acute, bolnavii dau afară din trup mereu materii fermentătoare. Aşà e mai ales când bolnavul se însănătoşează, când dă afară multe materii de boală. De aceea în convalescenţă pot lesne molipsì pe alţii. Cum se face molipsirea, voiu arătà şi mai pe larg în altă conferinţă. Dacă punem materii fermentătoare, de pildă drojdii ori aluat dospit, în alte materii lesne fermentătoare, ca pastă, lapte, etc., acestea, la căldură potrivită, încep a fermentà. Se arată acì că drojdia, care e un produs fermentător, pusă în aluat ori lapte, face fermentare. Zicem că pâinea creşte sau că laptele s'a acrit. Tot aşà se întâmplă la bolile acute. Acì materiile fermentătoare ajung în aer prin respiraţia, sudoarea şi scaunul bolnavilor. Dacă vin pe această cale în trupul vreunui ins încărcat cu materii străine şi dacă nu le dă repede afară, lucrează asupra materiilor străine întocmai ca drojdia în aluat ori aluăţelul în lapte, ca ferment. In acelaş chip se face în alte trupuri fermentarea.

In alte trupuri, acelaş ferment dă aceleaşi boli. Toată molipsirea e ca o vaccinare cu ferment a materiilor bolnave, pe cale naturală şi subţiată. Fermentarea poate lucrà numai unde găseşte destulă materie străină. *Primejdia de molipsire cu boală acută este numai pentru acela care e destul de încărcat cu materii străine,* ori, cum se zice, numai pentru cel care are predispoziţie sau aplecare. Până azi nu se ştià în ce stă această predispoziţie. Deosebirea între această vaccinare naturală a materiilor străine şi cea artificială cu

lanţeta, stă în materia de vaccinare şi în subţiarea ei. Cu cât sunt mai subţiate, omeopatia ne spune că otrăvurile lucrează mai tare, pentru aceea materia bolnavă fermentatoare lucrează atât de puternic, îndată ce găseşte teren potrivit. Otrava dată în doze alopatice, adică mari, lucrează ca orice alte mijloace, alopatice paralizând puterile trupului, adică ià acestuia acele puteri, de cari are nevoie, ca printr'o boală acută (crize de vindecare, friguri), să depărteze materiile străine ; le înmulţeşte încă şi pregăteşte o stare de boală cronică şi mai rea. De aceea sporesc necontenit boalele cronice, de când cu vaccinarea. Dar şi toate celelalte mijloace împotriva frigurilor, ca : chinina, antiperina, antifebrina, morfina, etc., cu aceeaş lucrare. Paralizează toate silinţele de vindecare ale trupului şi-i împuţinează, ori chiar nimicesc puterea de fermentaţie a materiilor străine. Nu le îndepărtează, de aceea vin atâtea boli, altădată atât de rari, cum e racul, nervozitatea, nebunia, paralizia, sifilisul, oftica, scrofulele, etc. Trupul tot mai mult se încarcă cu materii străine, fără să găsească puterea de a le alungà prin vreo criză vindecătoare. Incărcarea la aceste boli a ajuns la cel mai înalt grad, încât nu mai e chip de dat ajutor desăvârşit. Tot aşà sunt şi acele medicamente, ca : chinina, antiperina, antifebrina, fenacetina, etc., cari au însuşiri de a potolì frigurile pe dată, şi pe cari doctorii le au ca pe cel mai iubit mijloc de combatere a frigurilor. După dovezile noastre, aceste leacuri sunt primejdioase şi stricătoare sănătăţii. Dar acì e locul şi pentru altă observaţie.

Cu toţii am aflat cum ştiinţa medicală caută mereu mijloace nouă de vindecare şi le întrebuinţează fiindcă nu lucrează de ajuns cele vechi. Să ne gândim numai la entuziasmul orb pentru altoirea cu *tuberculină,* înainte ca măcar un bolnav să fi părut vindecat ! In adevăr, asemenea privelişte încă nu s'a văzut pe lume ! La început orice medicament nou paralizează puterea de vieaţă. Cu vremea, trupul se în-

greunează că nici nu mai lucrează ; pe urmă vine alt mijloc, mai tare, pentru a i-o paraliză şi mai tare, până ce lucrarea de fermentare a materiilor străine nu se mai poate împiedică şi nimiceşte vieaţa lui. O pildă va face lucrul şi mai limpede.

Oricine începe a fumà, trebuie întâiu să se lupte cu stomacul, până ce-l obişnueşte cu otrava nicotinei. La început, stomacul aveà putere destulă să se apere împotriva acestei otrăvi, dar repede a pierdut-o şi apoi din ce în ce mai mult. Acum ar trebuì o otravă mai puternică, ca stomacul să se apere tot atâta.

Spre mirarea noastră, auzim pe cei cari nu s'au putut încă deprinde cu fumatul, zicând că stomacul lor e încă prea slab şi trebuie să se deprindă, ca să poată suferì tutunul. E tocmai din contra. Câtă vreme stomacul se răscoală împotriva nicotinei, dovedeşte că are destulă putere şi este destul de tare ca să alunge otrava. Când o primeşte liniştit, s'a dus puterea lui de vieaţă, a slăbit.

Din pricina acestor încercări, trupul neapărat are nevoie de o înrâurire din afară mult mai mare, ca să poată da afară materiile străine. In ce stau acestea, am spus. Mai ales, schimbarea de temperatură, dă prilej. De aceea se întâmplă epidemii mari, după ierni grele ; dar să mai dau câteva pilde. Luăm o sticlă cu bere şi o ducem într'o pivniţă întunecoasă şi rece. Acì fermentaţia nu va merge lesne. Indată ce aducem sticla la lumină şi căldură, începe fermentarea, deşì sticla e închisă. Nu baccilii sau microbii fac fermentare, ci numai căldura şi lumina. S'a schimbat înfăţişarea berei : înainte erà limpede, acum e turbure cu totul, şi dacă are acuma baccili, aceştia sunt un produs al fermentului.

Acelaş lucru îl observăm în aer. Azi avem zi frumoasă de vară, mâine una urâtă de tot. Fiecare ştie că aburul nevăzut din aer, schimbându-se temperatura, se preface în nouri. Vedem şi acì cum răcirea

face rouă, ceaţă, ploaie, grindină, zăpadă, după tăria ei. Nimănui nu-i vine greu să le cunoască ca făcute din apă.

In mlaştinile din ţările tropicale, materiile dospitoare umplu mereu văzduhul. Un om, încărcat cu materii străine, e destul să stea puţin acolo şi capătă friguri, adică materiile străine din trupul său încep a dospì. Ele lucrează asupra materiilor din trup ca drojdia asupra aluatului şi produc fermentare. Tot aşà lucrează toate apele noastre mlăştinoase, deşì nu cu atâta tărie. Se vede deosebirea între lacurile curate din munţi, cari din pricina fundului de piatră nu îngăduie fermentarea, şi între bălţile din câmpiile mlăştinoase. Câte odată acestea sunt destul de limpezi, dar la fiecare furtună se întâmplă în ele dospire dela fund, care le turbură toată apa, aşà că putem aflà ce fund are lacul. Apele stătătoare cu fund mălos intră în fermentaţie la fiecare schimbare de temperatură şi dau fermenţii lor şi altor materii. Foarte limpede se vede deosebirea între vară şi iarnă. Apele stătătoare sunt limpezi iarna, fiindcă răceala opreşte fermentarea, dar tot acestea sunt grozav de turburi şi noroioase vara.

Se naşte întrebarea : Care-i pricina unei epidemii, unde o molipsire e cu neputinţă, şi totuşi vedem boala azi, ici, mâine dincolo ?

Fără de materiile străine în trup, nu se poate închipuì o epidemie. Vedem, dacă luăm seama, în fiecare an epidemii, chiar dacă nu tocmai aşà ca influenţa dela începutul lui 1890 ; dar cine nu ştie că în fiecare an, la timpurile hotărîte, avem pojarul, scarlatina, difteria, tusea măgărească, guturaiul, influenţa epidemică ? Oamenii ducând aproape acelaş fel de vieaţă, sunt deopotrivă de încărcaţi cu materii străine. Dacă lucrează aceleaşi pricini asupra acestor materii, adică, dacă temperatura aţâţă puterea de vieaţă a trupului, acesta se va silì să se vindece (are friguri), să se cureţe de materiile străine. Unde se vor găsì

mulţi inşi încărcaţi cu materii străine la fel, se vor îmbolnăvì din aceeaş pricină de afară, la fel, şi vom aveà o epidemie. Totodată, nu trebuie uitat că chiar la vreme de epidemie, deosebitele boli nu se arată la fel. Dacă o epidemie, cum a fost influenţa, se arată azi ici, mâine colo, lucrul atârnă tot de o cauză întâmplătoare : temperatura. La asemenea boli e ca la furtuni, cari deasemenea se arată epidemice, azi ici, mâine dincolo.

Epidemia bântuind într'un loc, se întâmplă molipsirea în felul arătat mai sus ; ea se întinde cum a fost cu influenţa. De obiceiu, epidemiile mari, în timpul din urmă, sunt rare. Pricina, cum am spus, e că medicina a slăbit puterea de vieaţă prin mulţimea medicamentelor, aşà că trupul nu are puterea trebuitoare pentru crizele mari curăţitoare, cari sunt epidemiile, decât numai doar când are un prilej puternic.

Bolile cronice mult mai rele sunt urmare firească şi nu ne îndoim că o să vie timpul când se va înţelege că aşà este. Dacă tragem încheieri din aceste lămuriri, găsim :

1. *Molipsirea bolilor cronice se face prin trecerea materiilor străine dela părinţi la copii.* Cine vrea să le înlăture, trebuie să se gândească la înlăturarea acelor materii. Această trecere este cea mai rea răsădire a bolilor, căci se face ca regulă, pe când îmbolnăvirea dela bolnavii de boală acută se poate numai când trupul are înclinare spre această boală.

Incărcarea ascunsă a trupului, mai mică ori mai mare, cu materii străine, se cunoaşte cu cea mai mare siguranţă, prin ştiinţa fizionomiei.

2. Molipsirea bolilor acute se întâmplă prin trecerea materiilor fermentatoare dela unul la altul, dar mai ales prin aer. Nu se poate însă întâmplà, dacă nu sunt în trup materii străine, aşà numita predispoziţie. căci numai prin fermentarea acestor materii, boala prinde. Aerul curat e cea întâiu condiţie în camera

bolnavului. Acesta se poate căpătà numai deschizând fereastra, ori având ventilaţie bună. Toate parfumurile şi desinfectările nu alungă materiile străine, ci înrăutăţesc şi încarcă aerul.

Pe urmă paralizează straja sănătăţii noastre, nasul, pe care îl face nesimţitor la exalările cele mai rele ale bolnavului ; lucrează întocmai ca şi medicamentele, nu îmbunătăţind, ci stricând. Zadarnic se caută a se ucide cu otrăvi fermentul din aer. Nu se va răuşi, căci ajunge să rămâe cât de puţin şi tot va face fermentaţie în trup. Desinfectarea e deci osteneală zadarnică.

Mijlocul cel mai bun e să curăţăm trupul de materii străine şi să depărtăm predispoziţia. Il cunoaşteţi acuma care e, baia de trunchiu, cu frecături, baia de şezut cu frecături şi baia de aburi.

Căutând bolnavii, am avut destul prilej să înghit în plămâni exalaţiile cele mai rele. Când luam apoi baie de şezut cu frecături, simţeam că dau acelaş miros ca şi bolnavii, numai ceva mai slab.

Iată deci limpede cum prin baie câştigă trupul putere de vieaţă şi poate alungà otrava boalei afară.

3. Acest mijloc simplu ne apără şi de primejdia oricărei epidemii, fiindcă alungă din trup orice materii străine (predispoziţia). Fără de această predispoziţie nu este boală, prin urmare nici epidemie.

Am arătat deci cum molipsirea de boală poate fi numai acolo unde se găsesc în trup materii străine. Fără de acestea nu e boală şi fără boală nu e molipsire. Orice încărcare cu materii străine, este pângărire lăuntrică a acestuia. Cine ştie să-şi ţie trupul curat, nu numai pe dinafară, dar şi pe dinăuntru, acela e apărat împotriva oricărei molipsiri. *Numai curăţenia vindecă.* Îndărătul formelor felurite, ne închipuim şi felurite cauze, uităm că natura, adesea sub deosebite forme, ne arată unul şi acelaş lucru, cum e în omidă, păpuşă şi fluture, în ploaie, zăpadă, grindină, rouă şi negură.

Dacă ne gândim, după cele spuse, la măsurile medicinei împotriva molipsirei, de pildă la difterie, vărsat, holeră, ne prinde un fel de milă, cu câtă grije închide atâtea case şi cum varsă carbol şi alte desinfectante netrebuitoare în locuinţele bolnavilor, ca să omoare materia molipsitoare. Ne revoltăm, cetind zilnic în ziare, cum corăbiile fac săptămâni şi luni carantine nefolositoare, ca să împiedice molipsirea. Cine are practică îndelungată în căutarea bolnavilor, acela, dacă nu e orb, are altă credinţă despre primejdia molipsirei. Am văzut copii bolnavi de difterie, scarlatină, vărsat, pojar, dormind cu fraţii lor în acelaş pat, fiindcă împrejurările nu îngăduiau altfel şi totuşi fraţii nu s'au molipsit, fiindcă n'aveau predispoziţie, adică nu erau încărcaţi, nu aveau teren potrivit pentru desvoltarea acelor boli. Dimpotrivă, în alte familii, toţi copiii au zăcut de scarlatină, difterie şi vărsat, s'au îmbolnăvit unul după altul, cu toată desinfectarea medicală. Eu, în asemenea cazuri, am spus unor părinţi dinainte, că deşi la început numai un copil s'a îmbolnăvit, se poate zice dinainte că se vor îmbolnăvi şi ceilalţi, fiindcă prin ştiinţa fizionomiei prevedeam la sigur.

In toate acele cazuri s'a împlinit proorocirea mea. Se vede de acî cât de netemeinice sunt măsurile de apărare ale medicinei împotriva bolilor molipsitoare. Trebuie să ne uităm în natură, ca să le vedem şi mai adevărate. Iată în pădure un trunchiu de copac, care piere şi putrezeşte jos de viermi, gândaci şi ciuperci, iar alături creşte mândru un copac tânăr, nestingherit şi nemişcat între aceşti duşmani. Dacă are şi acest copac tânăr în el sămânţa boalei şi ramuri rele, de bună seamă că nu-l vor cruţă viermii, gândacii şi muşchii. Câtă vreme însă creşte puternic în sus, nici un vierme, nici un gândac nu se atinge de el, nici o ciupercă nu prinde pe el rădăcini, fiindcă n'au teren de hrană.

Dacă tot ce am spus despre primejdia molipsirei, ar înţelege şi preţuì cât mai mulţi, s'ar pune capăt superstiţiilor şi greşelilor medicinei. In vreme de epidemii nu şi-ar pierde atât de lesne capul, ci ar lucrà cu linişte şi judecată.

Reumatism şi Podagră (gută). Ischias. Schilodeală. Mâini şi picioare reci. Fierbinţeală la cap. Pricina şi leacul lor.

Conferinţă de *Louis Kuhne*

Doamnelor şi Domnilor,

Reumatismul ori durerea la mâini şi picioare, e o boală aşà de lăţită, încât e de interes să cunoaştem progresul ce am făcut în căutarea acestei boli. Mai de mult sufereau de reumatism mai numai oamenii bătrâni şi mai numai bărbaţi. Azi nu, boala nu mai cruţă nici vârstă, nici sex, ba pătimesc din nenorocire şi mulţi copii. Putem mărturisì în conştiinţă, că cu toate leacurile ce se dau împotriva acestei boli, ea se răspândeşte tot mai mult. Fiecare parte a trupului te supără. Cine n'a simţit măcar odată dureri chinuitoare la picioare, mâini, umeri, cap ori dinţi? Reumatismul cel mai înfricoşat e cel la încheeturi.

Nu se ostenesc mult să caute pricina boalei. Răceala şi iar răceala trage ponosul. E de mirat că veacul nostru plin de născociri nu s'a încercat să facă un

timp cu însuşirea de a nu răci pe mari şi mici. Dar această răceală are înţelesul ei. Să trimitem pe o vreme umedă şi rece un regiment de soldaţi afară la aer; oamenii crezuţi sănătoşi şi aproape de aceeaş vârstă. la întoarcere, lucrarea plimbării şi înrâurirea vor fi deosebite. Unii se vor tânguì de tuse şi guturaiu, alţii de durere de măsele ori de reumatism, cei mai mulţi vor fi foarte sănătoşi ba chiar vor fi scăpat de niscaiva dureri de cap. Toate acestea se impută timpului şi au chiar dreptate, căci îmbolnăvirea în acele trupuri a căşunat-o starea la aer. Dar s'a căutat pricina unde nu-i şi n'a fost de când lumea încheiere mai falşă şi greşală mai nenorocită decât aceasta, că tot aceeaş stare în aer unora le e prielnică, iar altora stricătoare.

O teorie care dă loc la asemenea contraziceri, de sute de ani, a ajutat foarte puţin omenirii bolnave. Nu e deci minune că bolirea de reumatism s'a înmulţit.

Adesea vedem că reumatismul atacă numai o parte a trupului, ori numai un picior, o mână, un umăr. Cred că trebuiă să se vadă că vremea n'are acì nici o vină, deoarece nu-i de priceput ca reumatismul să lovească numai un picior ori numai o mână, când amândouă picioarele şi mâinile au fost la aceleaşi înrâuriri. Se întâmplă că adesea o persoană stând la fereastră, să capete reumatism la umărul stâng, deşì stă cu cel drept la fereastră, iar celălalt fusese mai apărat şi mai departe decât cel drept. Dacă voim să combatem reumatismul cu folos, să cercetăm bine pe bolnavul de reumatism şi vom vedeà că are friguri şi că partea dureroasă e mai aprinsă şi mai umflată, iar mistuirea este rea. Găsim că aprinderea la reumatismul dela încheieturi totdeauna se întâmplă la acelaş loc. Cu aceste fenomene ne-am mai apropiat, să ne ţinem deci strâns de acestea : friguri, aprindere şi mistuire rea, şi să cercetăm cum se întâmplă. Am zis că la reumatismul articular, durerile vin la acelaş loc. E

minunat cum niciodată în practica mea nu mi s'a întâmplat ca la reumatismul articular să fie durerea cea mare la alt loc decât înaintea încheieturii, socotind dela părţile cele mai depărtate, sub genunchiu nu, ci deasupra. Nu e întâmplare şi trebuie să aibă o pricină.

După cum am spus mai înainte, materiile străine stau în trup liniştite, dacă nu se întâmplă nişte friguri cari să scape trupul de ele. Atunci trupul e încărcat pretutindeni până la toate extremităţile. Aşà se întâmplă mai ales la cei în vârstă, în climele astâmpărate şi reci. Vine o scoborâre de temperatură, atunci încep materiile să se mişte, spre punctul lor de ieşire. Ştim că prin căldură corpurile se dilată, iar frigul le micşorează. Această lege naturală, o urmează şi trupul. Se vede lămurit la fierbinţeală o dilatare, iar la răceală o contracţie a încheieturilor. Se poate vedeà după încălţăminte şi mănuşi. Strângerea încheeturilor face asupra materiilor străine o apăsare, punându-le în mişcare spre locul lor de ieşire, spre partea de jos a burtei. La încheieturi e o îngrămădire de materii străine ; acì nu e drumul slobod, căci încheieturile stau piedecă. Materiile, prin apăsarea lor, pricinuesc aprindere şi dureri. Fiindcă este o piedică materiilor, de aceea durerile sunt în jos de genunchi şi de umeri, etc.

Să ne gândim la soldaţii de mai sus. Vom aveà dovadă că pricina boalei se află chiar în trup, iar temperatura a dat numai prilej, adică a schimbat starea de boală ascunsă, acută, fierbinte. Boala se arată numai la acele trupuri sau părţi ale trupului, în cari se găsesc destule materii străine.

Este deci limpede pe ce cale s'a căpătat reumatismul articular. Dacă voim să ajutăm un bolnav de reumatism, e nefolositor a-l căutà numai local. Ca să-i micşorăm durerile şi să împuţinăm materiile şi să le înlesnim drumul, putem face o baie cu abur locală. Dar materiile străine trebuie mânate puţin câte puţin spre organele cari trebuie să le dea afară.

Tot aşă e cu toate reumatismele, oriunde ar fi: la umeri, la spate, la şolduri, la gât ori încheieturi; trebuie să fie o piedică pe care o întâlnesc materiile bolnave. Materiile în fermentare întâlnesc piedici şi fiindcă fermentaţia nu poate merge slobodă ca în sticlă, deoarece întâlneşte organe, ca: nervi, maţe, inimă, plămâni şi încheieturi, pretutindeni e frecare. Când mişcările sunt prea mari, vin dureri. Fiind însă că materiile străine se freacă de organe, se aşează jos, se întăresc. E limpede că organele se vor schimbă şi îmbolnăvi.

Fig. A.

Orice durere, orice reumatism, numele n'are face, orice durere înţepătoare ori arzătoare, orice apăsare se întâmplă numai din pricina frecării şi frecarea e din pricina mişcării.

Asta voiam să vă spun despre reumatism.

Ca să vă dovedesc dreptatea celor ce vă spusei, o să vă zugrăvesc câteva din numeroasele cazuri pe cari le-am avut în practica mea şi o să vă arăt cum vindec reumatismul.

Acum câţiva ani, m'a chemat o doamnă, care, după spusa soţului, sufereà grozav de reumatism, anume la piciorul drept, şi mai sus la articulaţii, în spate şi

la gât. „Ce ai de gând să-mi faci, d-le Kuhne?“ Întrebarea asta mi-au pus-o mulţi. Căutarea medicală până acum fusese fără de folos. Sunt de mult deprins cu asemenea cercetări. I-am arătat întâiu din ce pricină îi vin durerile şi i-am zis: „După cercetările mele nu-i bine să fac tratament la picioare, gât, la spate ori la şolduri (învelire cu vată ori alte alea). Toate durerile de cari te vaiţi sunt friguri lăuntrice. Nu trebuie să lucrăm asupra lor prin căldură, ci să începem tratamentul unde e boala şi să tăiem căldura lăuntrică. Vei vedeà repede adevărul vorbelor mele“.

Fiindcă doamna nu se puteà slujì singură, i-am pus baia lângă pat. Trei inşi abià o puneau în baie şi ţipà de dureri. Am însărcinat pe îngrijitoare să facă sărmanei bolnave băi de şezut cu frecături. Peste 15 minute, femeea asta, care gemeà neîncetat, se liniştì. „Ei, aşà că te-ai liniştit?“ i-am zis. — „Mi s'au potolit durerile“, îmi spuse. Vezi deci că tratamentul e bun. Durerile de spate, de şolduri şi de gât erau, cum am spus, şi le-am putut alungà, cum am arătat mai sus. Peste câteva zile, femeea puteà să se dea jos singură din pat şi să-şi facă baia. La câteva sătpămâni putu să-şi caute de lucru.

Un bărbat cam în vârstă, care se căutase luni de zile de reumatism, m'a chemat şi m'a întrebat dacă pot să-i ajut ceva. L-am cercetat după ştiinţa fizionomiei şi i-am spus că pot. Il dureà piciorul stâng. L-am căutat tot ca pe femeie. După două băi, omul acesta, care venise cu trăsura, a putut plecà pe jos. De ce i se arătase durerea la piciorul stâng şi nu la cel drept?

O să vă arăt prin faptul următor.

V'am spus în conferinţele mele că adunarea materiilor într'o parte se întâmplă aproape ca într'o sticlă. Acum vedeţi lesne că boala vine din adunarea materiilor într'o singură parte. Poate veţi întrebà din ce pricină se adună astfel. Ar trebuì să credem că trupul împarte deopotrivă depozitele, ca să aibă mai mult

loc pentru ele. Aşà de tot numai într'o parte nu se fac, dar de obiceiu *încep* pe o singură parte şi rămân aşà până ce se umple aceea, şi atunci trec materiile şi în cealaltă parte. Dar o parte rămâne multă vreme mai încărcată. Pricina acestei încăerări într'o parte este curat mecanică, pricina e numai că materia se supune legei gravităţii. Câteva încercări simple ne va arătà lucrul. Luăm două sticle pline cu apă curată, le astupăm şi le lăsăm o noapte să stea liniştite. Dacă le observăm a doua zi, vedem că nu-i nici o schimbare şi nu ştim cum au stat aşezate. In noaptea viitoare să

Fig. A.

Fig. B.

punem ceva mâl în apa fiecărei sticle şi să le aşezăm peste noapte în aceeaş poziţie. A doua zi avem altă înfăţişare. Indată ce luăm sticla cu băgare de seamă, vedem cum a stat, căci pe acea parte s'a aşezat mâlul şi deasupra apa e destul de limpede. Să mai punem noaptea viitoare puţin ferment (maia, cuib). A doua dimineaţă, la început se va părea acelaş lucru, dar îndată ce vom deschide sticlele şi le vom duce la cald, în mâl va începe fermentarea, dospirea. Materia fermentătoare iese pe la acea parte afară, pe care a stat sticla culcată (vezi Fig. A şi Fig. B).

Aşà dar, nu-i întâmplător prin care parte iese afară materia dospitoare, ci ies mereu pe acea parte pe care s'au adunat materiile depuse în sticle.

Fermentarea s'ar fi făcut în mâl şi fără de ferment. dar ar fi atârnat de condiţiile vremei, şi ar fi trebuit aşteptat mult. Ca să avem o icoană şi mai asemănătoare, să ne închipuim materia fermentătoare (dospitoare) într'o garafă închisă şi care se poate întinde. Materiile dospitoare au nevoie de loc, şi-l fac lăsând garafa închisă.

Acest fapt ne arată ce se petrece în trup. Materiile se lasă jos şi se aşează pe partea pe care dormim.

Pe un om sănătos nu-l poţi cunoaşte pe ce parte doarme ; îi e tot una pe care va dormì, tot una de bine pe dreapta, ca şi pe stânga ; dar la cel cu trupul plin de materii străine, se vede, fără multă greutate, căci, după diagnoza mea, este uşor de aflat pe care din cele două părţi s'a făcut încărcarea.

Dacă e prea peste tot încărcarea, insul se întoarnă pe o parte şi pe alta şi nu doarme deloc liniştit. Când este numai o parte încărcată, aceasta va fi întâiu bolnavă şi atinsă. Aceasta vă arată de ce un ins care a stat la fereastră cu partea dreaptă, poate căpătà reumatism la cea stângă.

E adevărat că la om depozitul nu se face aşà repede ca în sticlă, la el trebuie mai multă vreme. Dar se poate să vie pe lume copii cu trupul gata încărcat. Pricina: somnul mamei pe o parte în vremea sarcinei, ori starea copilului în mitră în vremea sarcinei. Acuma se vede limpede de ce la mersul sus pomeniţilor soldaţi, unii căpătase dureri de dinţi, alţii de piept, etc. Veţi mai înţelege lesne şi de ce bolnavul meu a căpătat reumatism numai la piciorul stâng. El dormise ani dearândul numai pe partea stângă, de aceea aveà încărcare la această parte.

Puţin după aceste cazuri, m'au chemat la Magdeburg, la un caz de reumatism nemai pomenit. M'am dus şi am găsit că nu erà ceva deosebit, numai că

boala venise cu putere mare. Genunchele şi încheeturile erau grozav de umflate şi cu dureri nemai auzite. Omul nu puteà mişcà piciorul. Incheeturile de jos de genuchi erau foarte aprinse, dar pe lângă asta, erà şi deasupra o parte foarte umflată, aşà că bolnavul nu puteà întinde piciorul. Povestea că s'a căutat mult în vieaţa lui, dar boala în fiecare an l-a prins tot mai rău. Bolnavul erà de sus până jos încărcat cu materii streine. Materii noi streine mergeau la genunchi, cele vechi voiau să dea îndărăt. In curând aveà să seîntâmple o învârtoşare şi guta erà gata. Asta din pricină că bolnavul fusese mereu căutat local cu căldură. Astă căutare schimbà starea, ce-i drept, şi bolnavul părea că se face mai bine, în adevăr însă boala se schimbà în cronică, materiile stăteau şi la fiecare fermentaţie nouă intrau iar în mişcare.

Intâiu i-am făcut băi de abur la părţile bolnave, ca să le moi şi am prelungit băile de şezut cu frecături. Şi în câteva zile am avut mare îmbunătăţire.

In ceasurile de consultaţii veni la mine o femee care suferea de podagră la mâini şi picioare. Spuneà că tot ce a încercat până atunci nu i-a folosit. I-am dovedit că durerile erau din pricina mistiuirii proaste şi neîndestulătoare, şi că nu puteà să-i fie mai bine până ce nu va aveà mistuire bună, scaune mai din belşug şi asudare. I-am dat să facă zilnic băi de şezut cu frecături şi dietă potrivită ca să nu mai aducă în trup materii streine. După câteva săptămâni încheeturile nu mai erau reci ca înainte, ci fierbinţi se simţea căldura lor dela o depărtare mică. Băile reci nu i-au răcit trupul, ci l-au încălzit ; ele au să alunge materiile străine şi să facă o circulaţie mai bună, şi trupul capătă căldura lui normală, sănătatea se întoarse.

Incă un caz de podagră.

Intr'o familie unde căutasem copiii şi-i făcusem bine, m'am dus într'o odăiţă, unde stà bunica. Zisese că doreşte să vorbească şi ea cu mine câteva cuvinte, şi zise : „Văd cum ai însănătoşit nepoţii, nu poţi să-mi

faci şi mie ceva? Am dureri mari şi necăjesc pe cei din jurul meu, de trei ani stau în pat". Atunci i-am spus scurt: „Se poate, dacă vei împlini trei condiţii: ieşiri afară mai îmbelşugate prin maţ, rinichi şi piele. Boala ţi-a venit din pricina lipsei acestor". „Poate ai dreptate, domnule Kuhne, nu mai asud de o mulţime de ani şi sunt mulţumită de asta; înainte însă asudam. Cu scaunele este iar aşà, ies la patru, cinci şi chiar şase zile, altfel mistuiu bine". Ades auzi: mistuirea mea e bună, nu mai sufăr de încuere. Un semn foarte trist, cât de puţin se înţelege ce este mistuire bună. „Da, intră în trup, dar nu iese regulat afară", i-am zis eu. Ce se face însă cu acele materii ce intră în trup? Podagra e urmarea unei mistuiri rele". Doamna este de 70 ani, a înţeles şi m'a rugat să-i încep cura în zilele următoare. I-am trimis băeşiţa mea şi i-am spus cum să-i facă băile. Bolnava trebuia să facă zilnic băi de şezut cu frecături şi pe urmă să se aşeze în pat să asude. Sudoarea i-a venit de minune. După fiecare baie asudă atât de tare, încât trebuiă s'o schimbe de două ori pe noapte. In puţine săptămâni, doamna putu să se scoale din pat fără de dureri şi să umble prin odae. Doamna aveà podagră. Boala asta îi venise din pricina unei rele mistuiri, reumatismul fusese una dintre urmările acestei mistuiri neîndestulătoare. „Câtă vreme eram cu treburi, n'am luat în seamă durerile de reumatism", îmi zise bolnava într'o zi, „de când m'am retras din afaceri, am podagră". Vedeţi deci că podagra e din pricina reumatismului neîngrijit.

Sciaticul (Ischias) este o aprindere a încheeturii şoldurilor, care se întâmplă ca şi reumatismul şi tot în acelaş chip se poate depărtà. Iată ce spune ca mulţumire unul vindecat de mine.

„Vă mulţumesc din inimă pentru vindecarea durerilor mele nespuse.

„M'am îmbolnăvit în toamna anului 1885 de dureri grozave şi înţepenire de şolduri, pe urmă în şoldul drept şi şale, apoi de înţepeneală peste tot. Doctorul

mi-a spus că am ischias. In vremea căutării mai avui fotofaibie (neputinţă de a sta la lumină şi o tremurare a pleoapelor, dureri la faţă, greutate la cap, cârcei la umărul şi mâna stângă şi slăbiciune în trup că nu puteam să mă încalţ nici cu ciorapii, nici cu ghetele, nici să mă culc în pat. De dureri mi se cărunţi repede tot părul.

„In zadar m'am căutat cu mai mult de doisprezece doctori şi profesori vestiţi din acest oraş. M'au arătat unii dintre ei la studenţii în medicină ca pe un caz minunat. Un doctor tânăr şi-a făcut de pe mine examenul de stat (teza cum s'ar zice la noi). Vreme de luni am fost în spitalul municipal şi la clinica universităţii. La urmă, un profesor şi un doctor m'au sfătuit în 1889, să întreb şi pe domnul Louis Kuhne, care ţineà conferinţe publice. L-am întrebat la 23 Ianuarie 1889.

„La 24 Ianuarie 1889 luai cele dintâi băi. Dela întâile am pierdut apă multă, burta s'a mai desumflat, îmi erà uşor capul şi puteam, după ani, umblà fără de baston. In aceeaşi zi m'am înfăţişat înaintea domnilor profesori dela policlinica universităţii, după cererea lor, şi au adeverit starea mea bună.

După ce am ţinut conştiincios, timp de trei săptămâni, cura D-tale, am putut spune, la 13 Fevruarie 1889, într'o consultaţie publică ce ai dat la vreo 20—30 de şcolari de ai D-tale că eram vindecat şi le dovedii, făcând tot soiul de mişcări.

„De atunci sunt sănătos şi în stare să lucrez, ba pot duce în fiecare mână greutate de 50 kgr., pe când înainte nu mă puteam nici mişcà, nici lucrà ori duce vreo greutate. Din toamna lui 1885 până în Ianuarie 1889 m'am căutat cu cei mai buni doctori din Lipsca, în care vreme trupul meu mergeà din rău în mai rău. Dela 23 Ianuarie până la 13 Februarie 1889, m'ai vindecat prin metoda d-tale nouă, şi sunt în stare să muncesc".

Lipsca, Henric U.

Am ajuns la pricina *picioarelor şi mâinilor reci şi a capului fierbinte.* Ştim cu toţii că din contra, capul trebuie să fie rece, mâinile şi picioarele calde. Şi cu toate astea, găsim ades lucrul întors. Să vedem cum se arată această boală. Spuneam în una din conferinţele mele trecute că nu este boală fără de friguri. Deci, după observaţiunile mele, boala de mai sus trebuie să fie friguri. Despre căldura capului deci nu e îndoială. Dar se socoate că mâinile şi picioarele reci nu sunt friguri. Eu însă zic că şi capul cald, ca şi mâinile şi picioarele reci, vin din aceeaş pricină. Cum? Prin fermentarea materiilor străine din partea de jos a burţei se duce în părţile cele mai depărtate. Se fac depozite în locurile cele mai depărtate — deci în mâini, picioare şi cap. Materiile dospitoare se aşează mai întâiu în degetele dela picioare, apoi în picioare tot mai sus, încât opresc venirea sângelui şi deci încălzirea. Tot aşâ la mâini. Mulţi au numai vârfurile degetelor reci, la unii e numai un picior rece; mai târziu se plâng şi de partea de sus a picioarelor. Se încalţă cu ciorapi de lână, dar cu vremea asta nu-i destul, chiar ghete cu blană ajută câteva zile doar. Vine o vreme şi nu mai ajunge nici o încălţăminte. De acî urmează limpede că nu hainele încălzesc trupul, ci acesta hainele. Şi dacă la început hainele calde ne apără de frig, pricina e că o parte din căldura noastră trece la haine şi acestea o păstrează. Dar nu ţine mult cu apărarea hainelor calde. Când curăţirea prin piele şi circulaţia regulată e tot mai rea, nu mai ajung hainele.

Cu totul altceva e la cap. Acesta-i mai bogat în sânge şi poate mai bine să se împotrivească materiilor streine, cari vin la el. Din pricina asta se întâmplă frecări mari şi deci căldură. Aşâ că s'a deslegat cimilitura. Tot acele materii cari răcesc mâinile şi picioarele încălzesc capul. Dar şi fierbinţeala capului are sfârşit. Am avut destui bolnavi în practica mea, care aveau capul cu totul rece. Şi acî e deci o margine. Când materiile străine năvălesc mult spre cap, împo-

trivirea slăbeşte şi capul se răceşte şi el. Dovadă despre cele spuse poate fi numai vindecarea căpătată prin căutare potrivită cu cele spuse mai sus. Vrea cineva să scape de răceala picioarelor şi a mâinilor şi de fierbinţeala capului, să înceapă căutarea dela locul cu fermentaţie, adică dela partea de jos a burtei. Trebuie să se reguleze mistuirea, atunci picioarele şi mâinile vor fi calde, iar capul răcorit. Capul prea rece se va face fierbinte şi pe urmă răcorit. Toate aceste fenomene le-am găsit la mai mult de o mie de cazuri cari vin, şi vin zilnic în cura mea. Voiu adăogà acì că toţi acei cari au mâinile şi picioarele reci, sunt în primejdie de a căpătà reumatism.

Acum ajuns la *schilodiri.*

Din cele spuse aţi văzut că toate bolile arătate până acum se pot reduce la o singură pricină. Poate o să vă miraţi, când după podagră şi reumatism, voiu pune bolile cu stricările trupului, cu umerii ridicaţi, cu spinarea încovoiată, cu şira spinării strâmbă, etc. Şi totuşi acestea au, cum vă voiu arătà, asemănare cu bolile de mai înainte, anume încărcarea trupului cu materii streine şi înmulţirea acestora la un loc a trupului.

Ades se arată aceste boli mai mult la un loc. Când ne întrebăm de pricina bolilor, singuri veţi zice: Schimbările pot fi numai din pricina depozitelor de materii streine, de sigur sunt materii pricinuitoare de podagră în câtime mare. Şi aţi nemerit bine. O să vă arăt pe nişte figuri cum s'a făcut depozitul şi cum a luat drumul spre o anumită parte din trup. Experienţa arată că trebuie multă vreme până să se facă crescături şi schimbări în trup, trebuie anì. Câteodată trupul se curăţă de ele prin vreo boală acută şi pierde atâtea materii streine încât crescătura dă îndărăt, dar pe urmă, încetul cu încetul iar creşte, aşà că trec ani până ce creşterea ei e deplină. Toate acele materii streine cari aduc vărsat ori difterie, ori tifos, aduc îndată ce trupul nu are destulă putere să cureţe prin friguri, aceste schilodiri. Materia bolnavă alege mai

ales acele locuri unde împiedică mai puţin mişcarea. Aşă, când depozitele se fac în locuri unde nu sunt organe însemnate, boala nu prea face mari neajunsuri.

Stricăciunile de pe afară se văd puţin câte puţin, şi li se dau tot soiul de tălmăciri. Cele mai de multe ori învinue meşteşugul omului care întrebuinţează anumită parte a trupului, ca şi anumita deprindere de pildă starea strâmbă. De bună seamă au ceav de aface, dar ele numai ajută a hotărî drumul, duc la cutare loc şi hotărăsc forma stărei. La sănătoşi nu se fac strâmbări, îndată ce din pricina oboselei se pleacă într'o parte ori alta, ca să se odihnească.

Am văzut adesea ţărani cari lucrau strâmb, dar îndată ce se ridicau, aveau statura dreaptă şi frumoasă. Dacă oamenii aceştia n'ar fi fost sănătoşi, chipul cum stăteau ar fi slujit să înlesnească drumul materiilor streine. La început caută a se ascunde cusurul cu ajutorul croitorului, dar asta nu foloseşte pentru mult timp. Formele acestor creşteri pot fi felurite; ele sunt înrâurite de felul îndeletnicirii, deprinderii, stării trupului în vremea somnului şi în mare parte din pricina înclinărilor înnăscute. Nu se pot găsi două diformări la fel, dar se pot găsi câteva forme fundamentale, pe cari am să vi le arăt în figurile ce urmează.

Figura A, vă arată un om cu statura aproape normală, cu picioarele potrivite. Nimic mai lung, nimic mai scurt, nimic prea gros, nici prea subţire, amândouă picioarele sunt la fel.

Fig. B, ne arată alt tablou. Se vede numaidecât schimbarea dela stânga; sus o înălţare a trunchiului, jos o lungire, lungirea de sigur s'a făcut înainte, de oarece materiile streine pornesc din partea de jos a burtei, unde se întâmplă cea dintâiu stricare şi de sigur a trebuit ani până să se înalţe umărul. Dacă părinţii ar fi observat la vreme şi ar fi cunoscut urmările, ar fi făcut o căutare potrivită Nu se poate bănui nimănui pentru această neîngrijire, de oarece meto-

dele de vindecare de până acum nu erau de loc în stare a lecuì boala aceasta, ba nici n'o socoteau că-i boală. Asemenea inşi erau schilozi şi gata. Din ce pricină nimeni n'a spus'o limpede. Metoda mea nu-i atât

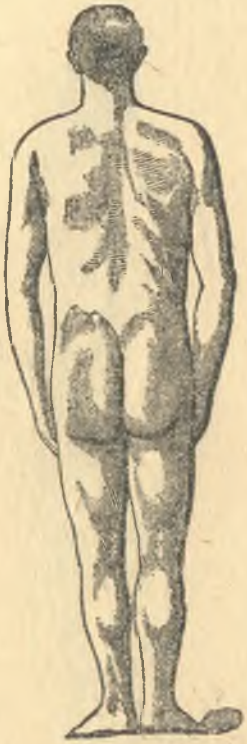


Fig. A.

Fig. B.

de lipsită de ajutor în faţa acestei boli, ca metodele de până acuma şi numeroasele cazuri de vindecare ce am căpătat sunt mărturie. Mi-am scos totdeauna teoria din practică.

Materiile streine din acest trup (Fig. B) s'au aşezat mai cu seamă în partea stângă a trupului, dilatarea s'a făcut întocmai ca în garafa cu pereţi ce se

pot întinde, în care materiile fermentătoare s'au aşezat numai pe partea stângă. Materiile aveau nevoe de mai mult loc, şi negăsind eşire s'a împins în părepi şi i-au lărgit. Dacă stă numai pe partea stângă, cum stă acì, va fi numai aceasta lărgită mai cu seamă.

Fig. A.

Fig. C.

Prin diagnoza mea noua ştiinţă a fizionomiei, s'ar fi ucnoscut boala chiar la începutul ei şi s'ar fi arătat calea pe care aceste materii pricinuitoare ale boalei, s'ar puteà scoate din trup. Cu ani înainte de lungirea părţei stângi, se puteà vedeà la partea stângă a gâtului o încărcare şi acum, când ştim unitatea boli-

lor şi că strâmbarea a făcut-o tot acele materii streine, cari altora le dau tifosul, difteria, etc., e lesne a preîntâmpinà asemenea strâmbări şi a le vindecà.

Onorată adunare, azi aţi auzit pentru întâiaşi dată cum se întâmplă aceste strâmbături ale trupului, o să vă arăt prin alte pilde cum toate au aceeaş pricină.

Fig. D.

Fig. E.

Fig. C. pag. 72 vă arată un trup la care amândouă părţile trunchiului sunt mărite. Poate deodată veţi vedeà numai că trupul n'are proporţiile cuvenite. Asemănându-li-se Fig. A, veţi vedeà că tot trunchiul e prea întins. Şi anume partea de jos a trunchiului e prea lungă, de aceea picioarele şi gâtul sunt prea

scurte. Aceasta e aproape vârât în umeri. In acest caz n'a fost numai o parte a trupului încărcat cu materii streine, ci amândouă, deopotrivă. In asemenea cazuri se întâmplă că materiile năvălesc prin gât la cap şi atunci acesta are şi el o formă nenormală, cum poate aţi observat adesea. Vă amintesc iar de pilda cu garafa în care am pus un tub cu cap de gumă. Schimbările dela cap s'au întâmplat întocmai ca în acea garafă. Dar puteţi aveà prilej de a vedeà ceva dimpotrivă, anume picioare şi mâini prea lungi şi un trunchiu mult mai scurt.

Pricina e aceeaşi, numai că materiile streine au luat prea de timpuriu drumul spre aceste membre de aceea trunchiul de mulţi ani n'a mai putut creşte deopotrivă cu mădularele. Nimeni nu s'a aşteptat că prin metoda noastră să putem da şi în asemenea cazuri proporţia normală.

Neapărat însă, trebue ani de a rândul să ţie cura mea, pentru ca asemenea stări cronice să se îndrepte. Iar când organismul e prea bătrân şi puterea lui de viaţă prea slabă, nu se poate vindecà deplin.

Fig. D ne arată o formă care din nenorocire e foarte deasă azi, depozitele au făcut o ridicare a spatelor care împiedică desvoltarea normală a pieptului, aşà că acesta este retras. Se arată ca şi cum la spate ar fi ceva prea mult, în faţă prea puţin. Pieptul se măreşte, îndată ce spatele ar fi uşurat de greutate. Lesne de înţeles că a fost trupul foarte încărcat înainte, şi la aceste semne mai vedem o burtă prea umflată. Această încărcare merge uneori până la cei dintâiu ani ai bolnavului, ori chiar până înainte de naştere. De aceea vedem copii de 4—5 ani, cari au spatele bombate şi pieptul încovoiat înăuntru.

La această vârstă ajutorul este de folos şi lucrează repede; căci un trup tânăr în cura noastră, ades într'un an se poate scăpà de materiile bolnave. După cum vi s'a spus, se poate cunoaşte boala numai prin ştiinţa fizionomiei.

Materiile streine pot lua un drum foarte neregulat şi trece dela o parte la alta şi îndărăt. In fig. E vedem acest lucru. Depozitele cele mari, s'au făcut la partea stângă, dar drumul lor l'a împiedicat vreun organ care le-a dat la o parte spre dreapta, apoi ele iar au trecut la stânga.

Se vede limpede întinderea întregei părţi stângi în jos, în sus, şi în mijloc întinderea dela dreapta. Şira spinării e şi ea strâmbă. Acì e o încărcare moştenită. Dacă s'ar încercà a se întrebuinţà pentru îndreptare bandaje mecanice ori alte instrumente, am chinuì bolnavul zadarnic, dar n'ar fi vindecare nici odată. Materiile au nevoie de loc şi ades mi s'a întâmplat să văd în practica mea, că întrebuinţarea silei asupra încărcării spatelui prin bandaje, face să treacă la piept materiile streine. Au alungat deci materiile dindărăt şi ele s'au aşezat în faţă. Materiile au nevoie de loc şi prin apăsare numai locul li s'a schimbat.

Fig. F, ne arată o persoană la care materiile streine s'au aşezat în mijlocul spatelor şi au strâmbat trupul. Acest fenomen e rar, căci materiile, de obiceiu, merg până la margini. Vă voiu arătà în Fig. G, o pildă luată din practica mea.

Cu acest prilej, vă veţi gândì cu toţii la bieţii cocoşaţi, cari sunt cu totul urâţiţi prin această schilodire.

Cele mai de multe ori e o strâmbare a şirei spinărei. Aproape totdeauna e încărcare de materii moştenită. Dar înainte de a trece la felurite cazuri de boală, trebue să arăt o schilodire deosebită.

Se întâmplă că materiile să treacă prin gât şi să se aşeze la cap. Am pomenit cum se face de e capul rece. Acest lucru, la copii, aduce o creştere nenormală a capului.

Un cap prea mare, e totdeauna semn rău de boală cronică. Această desvoltare a capului se face dese ori înainte de naştere, şi de acì urmează facere grea. Poporul singur a luat aminte că mor lesne copiii cu ca-

pul mare. Azi ați aflat pricina, căci până acum nimeni nu v'a spus-o. Deslușirea acestui lucru v'am dat-o dinainte, cu garafa cu tub de cauciuc bombat.

Dovada celor ce spun se poate adeveri numai prin vindecarea întemeiată pe aceste teorii. Un șir de asemenea vindecări s'au făcut sub îngrijirea mea. Cum

Fig. F.

a fost aceiași ca și celelalte boli și firește va păreà o minune, când voiu vindecà o spinare strâmbă, în acelaș chip ca și tusea și guturaiul, dar cum pot face altfel, când pricina bolilor e aceiași? Faptele au dovedit că am dreptate, căci toate simptomele bolilor se tămăduesc printr'o cură stăruitoare; este însă o condiție neapărat trebuitoare: trupul să aibă destulă putere de vieață, iar nervii să nu fie nicăeri întrerupți. Mai zic ce am zis înainte: toate bolile se pot

vindecà, dar nu toţi bolnavii (mai bine zis boala, sub toate formele ei).

Totuşi o să vă arăt câteva cazuri de vindecare din practica mea.

Intr'o zi venì, în ceasurile mele de consultaţie, o doamnă H, şi aduse în trăsură pe băiatul ei de treisprezece ani. Aveà spinarea strâmbă, dureroasă, cum e în figura G, şi i se făcuse o cocoaşe mică. Greu puteà băiatul să umble cu două beţe, şi trebuià mai

Fig. G.

mult să-l ducă în trăsură. Am întrebat pe doamnă ce a făcut înainte cu bolnavul. Mi-a povestit că durerile lui erau nesuferite de vre-o doi ani şi a întrebat mulţi doctori. Un profesor din acel oraş l-a operat pe băiat şi l-a chinuit grozav pe un pat, cu instrumente ortopedice, dar fără de folos. Medicina şi chirurgia nu puteau face aici nimic.

Doamna H, se încredinţase de acest lucru, de aceea îl căută cu mijloace casnice, până ce veni la mine. I-am spus că materiile bolnave s'au aşezat la copil în spate, şi dacă e vorba să se vindece, trebuie depărtate aceste materii.

A crezut şi a început cura chiar din acea zi.

Băiatul făceà în fiecare zi câte trei băi de şezut cu frecături câte jumătate de ceas, ţineà o dietă în care nu erau mâncări aţâţătoare şi stà numai toată ziua la aer afară din oraş.

La trupuri tinere, materiile streine îşi iau neînchipuit de repede drumul în afară, şi urmarea fu în adevăr, minunată.

Peste opt zile, copilul nu mai aveà nevoie de cărucior, ci umblà singur cu cele două beţe.

Peste alte patrusprezece *zile, nu* mai aveau nevoie nici de beţe şi stà mult mai drept; după alte două săptămâni băiatul puteà merge la şcoală, pe care o lăsase de mult. O cură de jumătate de an a fost destulă ca băiatul să fie drept şi să meargă drept.

Pretind că materiile streine de acì erau tot acelea cari la alţii aduc vărsat, scarlatină, difterie, etc., şi că trebuie date afară într'acelaş chip, ca trupul să fie vindecat. Lucrul l-am dovedit părinţilor copilului.

In aceeaşi zi, în care a fost doamna aceasta cu băiatul, a venit şi o doamnă, care sufereà de pierderi de sânge mari şi o fată de 9 ani, care aveà pecingeni de ani de zile şi cercase toate metodele de vindecare. Amândouă au făcut aceeaşi cură ca şi băiatul, firește, potrivit individual, şi toţi trei s'au vindecat în acelaş chip. Lucrul a fost cu putinţă numai fiindcă pricina celor trei boli erà aceeaş, cum s'a adeverit prin fapt.

Intr'alt caz, un bărbat de cincizeci de ani, a reuşit, după căutare de patru ani cu metoda mea, ca trunchiul lui prea lung, picioarele şi gâtul prea lung, picioarele şi gâtul prea scurte, să se îndrepte din jumătate în jumătate de an, vedeà că-i sunt pantalonii prea scurţi, iar umerii surtucului rămâneau în sus. Erà si-

lit să-şi schimbe mereu hainele la croitor, până ce i-a fost trupul aproape normal.

Nădăjduesc că după aceste lămuriri, aţi înţeles unitatea bolilor.

Inainte de a încheià cu această chestie, voiu arătà câteva pilde de superioritatea diagnozei, după ştiinţa fizionomiei, asupra celorlalte metode de diagnoză.

Imprejurarea că mulţi din bolnavii mei au venit să caute ajutor la mine, după ce au încercat toate celelalte metode de vindecare fără de nici un folos, mi-a înlesnit să arunc o privire mai adâncă decât ar crede cineva, în diagnoza acestor domni învăţaţi.

In ceasurile mele de consultaţie a venit un domn tare şi voinic, care părea pe deasupra foarte sănătos. Mi se jeluì că nu-i în stare să lucreze. Toţi doctorii — şi doar consultase destui — îl căutaseră cu deamănuntul, îl percutaseră, îl pipăiseră şi-l ascultaseră şi, la urmă, i-au spus că e deplin sănătos, că dânşii nu-i găsesc nici o boală, că şi-o închipuie numai el. Să facă numai o călătorie, ca să ajungă la alte gânduri şi n'o să-şi mai închipue că e bolnav. A venit deci la mine. Am aruncat o privire pe gât şi pe cap, o întorsătură a capului la dreapta şi la stânga îmi arătară că e încărcat grozav cu materii străine.

I-am dat cura mea obişnuită. Peste şase săptămâni pierduse materiile streine, şi primii o scrisoare, în care îmi spunea că e bine şi lucrează toată ziua. Vedeţi care diagnoză a fost mai adevărată. Asemenea cazuri îmi vin des în practica mea. Bolnavi pe cari toată lumea îi crede sănătoşi, deşì ei se simt foarte bolnavi şi le vine greu să întrebe un doctor, temându-se că îi vor luà drept bolnavi închipuiţi. Am avut destul de des prilej de a cunoaşte neajunsul diagnozelor întrebuintate până acum.

Incă un caz. Ia ceasul de consultaţie venì o fată de 18 ani, care sufereà de cloroză (gălbineala feţei). Doctorii i-au spus că e puţin clorotică, dar că altfel e sănătoasă, să ia fer şi se va tămăduì. Bine, a luat fer,

dar de cloroză tot n'a scăpat. Prin ştiinţa fizionomiei am văzut că despre „deplină sănătoasă" nici vorbă, că pe lângă cloroză şi trupul fetei erà încărcat cu materii străine.

Toate vasele cu sânge, chiar cele mai mici, cari duc sângele până în afară la piele, erau astupate cu materii străine, încât sângele abiă circulă prin ele, de aceea erà şi gălbeneala. Dar pricina acestei boli erà o mistuire rea, de ani de zile, lucru ce mi l-a adeverit bolnava.

Totdeodată voiu mai arătà cât de necunoscută e din nenorocire, celor mai mulţi oameni, mistuirea bună, şi că nicăeri nu-i destul de preţuită. Aceasta o descoper zilnic în practica mea. Am dat acestei domnişoare aceeaşi cură ca şi bolnavului de mai înainte, şi, după câteva luni, boala s'a lecuit şi înfăţişarea fetei s'a schimbat cu totul.

Alt caz. Venì la mine o doamnă din New-York, care sufereà de o încuiere îndărătnică. Nimic nu-i mai foloseà şi doctorul i-a spus să fie liniştită, că mulţi oameni sănătoşi sufer de încuiere, că o să-i fie mai bine.

Am cunoscut că doamna e încărcată straşnic cu materii străine, şi mai cu seamă în burtă aveà friguri cronice cu fierbinţeală, care uscà materiile cleioase, şi aproape ardeà escrementele, încât stăteau în maţe. I-am dat cura mea şi, în scurtă vreme, chiar după cele dintâi băi, a eşit căldura afară şi a venit scaunele.

Şi în acest caz, medicina şcolii de azi n'a fost în stare să cunoască starea adevărată a bolnavei. Mărturisesc că nu e greşeală mai ciudată, decât credinţa că un om sănătos poate să sufere de încuiere. Cât de departe este cunoaşterea lor, a bolilor ! Atât de departe, că nu vede nici cât un copil şi anume vede numai simptomele de pe dinafară, al căror rost nu-l înţelege. *O turburare a mistuirii e, după părerea mea, mama tuturor bolilor.*

Un doctor însemnat îmi spuneà într'o zi, că la numeroasele cercetări de cadavre, se minună cum de o-

mul a murit de cutare ori cutare boală, când toate organele erau la locul lor şi neschimbate, nestricate, fără de nici o urmă de boală. I-am spus că deosebirea între diagnoza lui şi a mea e tocmai acolo, că doctorii se silesc să studieze de pe disecţia cadavrelor, pe când ştiinţa mea se îndeletniceşte de fapte cari se petrec în trupurile vii, studiază pricinile şi turburările, pe când toate observaţiile făcute pe cadavre sunt fără de nici un folos. Pentru mai bună înţelegere, i-am dat următoarea pildă:

Cineva se duce să cumpere o maşină de cusut. Vede o mulţime de maşini frumoase şi alege una. Nu vede nici un cusur pe dinafară, toate sunt bine lucrate până în amănunte.

Un prieten îi spune: maşina poate să arate bine, când nu lucrează; cusururile însă se pot vedeà numai la cusut; deaceea mai bine e, înainte de a o luà, s'o încerce. Tot aşà e cu cunoştinţa trupului. Dacă e în nemişcare, adică mort, nu se poate vedeà deloc lipsurile. La trupul viu se vede cea mai mică neregularitate. Cine vrea să studieze aceste neregularităţi (boala sub toate formele şi cunoştinţele), nu poate pe cadavre, prin tăieri, ci numai prin studii pe trupuri vii. Pe asemenea studii se sprijină ştiinţa mea despre fizionomie.

Acuma, după ce cred că v'am dovedit pricina unică a bolilor, vă va fi limpede, că aşà numita diagnoză cu numele şi locul boalei, cum o face medicina, e cu totul de prisos şi fără de folos pentru vindecare, şi poate duce la greşeli. *Mai degrabă trebue ştiut dacă trupul e sănătos ori bolnav, dacă nu are materii bolnave şi nu e încărcat cu acestea,* cum s'a făcut această încărcare, cât timp a ţinut, ca să putem vedeà cât va trebuì vindecării. Căci, îndată ce ştim că trupul e bolnav, ştim şi ce avem de făcut, ca să fie sănătos, aşà că nu ne mai încape înşelare în căutarea bolnavului.

MIJLOACELE MELE DE VINDECARE

Băi de abur. Băi de soare. Băi de trunchiu cu frecături. Băi de şezut cu frecături.

După ce am arătat o mulţime de fenomene ale bolilor şi după ce le-am aflat pricina, e nevoie să cunoaştem şi mijloacele de a luptă în potriva bolilor ce încearcă omenirea. Acest mijloc trebue să fie unul, cerut de pricina unică a tuturor simptomelor bolilor.

Intâiu o s'avem în vedere *băile cu aburi, din cari se întrebuinţează mai multe feluri.*

Baia de aburi este cel mai bun mijloc şi mai încercat de a face să lucreze pielea. Lucrul e atât de neapărată trebuinţă pentru ca să ne păstrăm lucrarea pielei. E de trebuinţă pentru toţi cari vor să-şi păstreze sănătatea ori s'o capete.

Băi de abur peste tot trupul. Multă vreme am căutat un aparat (maşină) de bae lesnicios, care să poată fi întrebuinţat pentru acest scop în fiecare familie chiar la boli grele. Am ajuns la *constituirea unui aparat care se poate desface.* (Vezi la sfârşitul cărţii).

Acest aparat ţine abiă atât loc cât un scaun şi nu e greu de umblat cu el.

Lucrurile trebuitoare sunt numai o învelitoare groasă, câteva oale şi *o bae de trunchiu ori un hârdău.* Se

poate cu aparatul face bae la tot trupul, sau numai la o parte, lucru de mare însemnătate.

Aşezăm aparatul ca în fig. A, facem să clocotească apă în două, trei oale, ori ne slujim de *oale ce se pot încălzi cu spirt ce-am construit* pentru acest scop.

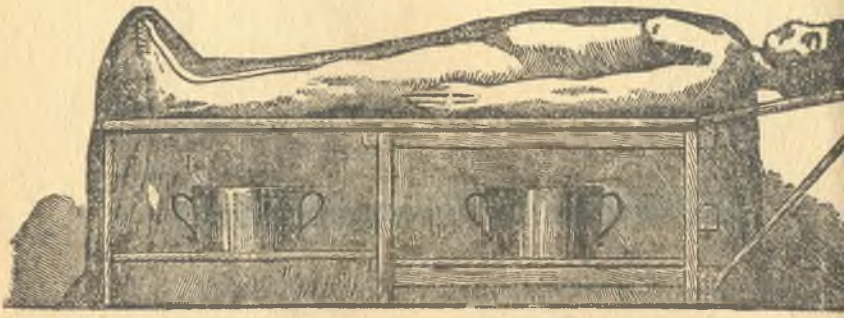


Fig. A.

Pentru o bae întreagă trebuie *trei oale,* căci nu mai e nevoe de vreo slujbă deosebită.

Fig. B.

Cine întrebuinţează oale cu apă pentru înlesnire să nu le umple de tot.

Bolnavul îndată ce apa fierbe, se aşează pe aparat mai bine întâiu pe spate, acoperit cu o pătură groasă de lână, care cade până jos, de-amândouă părţile cum se vede în figură. La începutul băei e bine de ţinut şi capul sub pătură. Căldura se regulează după nevoie, deschizând mai mult ori mai puţin capacul, aşà ca să iasă mai mult ori mai puţin abur.

Pentru persoane mari se iau trei oale, pentru mai mici, două, la copii e deajuns una. O oală stă la foc. La copii punem oala (singură) sub şale. Când trebue două, pe a doua o punem sub picioare şi pe a treia, când trebue, cam sub spate la oamenii mari.

Fig. C.

Când începe să se împuţineze aburul (cam peste zece minute) aducem oala dela foc în locul celi dintâi, şi pe aceasta o punem îndărăt la foc. Sub picioare de obiceiu, nu trebue înoit. Cu oalele mele nu-i nevoie de aceste schimbări. Cum îl întrebuinţăm se arată în povaţa ce se dă cu aparatul.

După zece, cincisprezece minute, îmbăiatul se poate întoarce ca peptul şi burta să se încălzească.

Dacă până atunci n'a asudat, va asudà acum ţare, capul şi picioarele vor asudà deodată. La copii nu e nevoe de înnoit oala, cei cari asudă greu pot să ţie capul sub pătură, nu le va fi prea greu lucru.

Se poate, după voe, stà un sfert de ceas ori jumătate, ca să asude mereu şi după voe să schimbe oalele ori nu, părţile trupului cari sunt tare încărcate asudă greu, şi bolnavul cere singur la locul acela căldură mai mare. Trebue împlinită cererea, fiindcă tocmai printr'aceste băi de abur se capătă vindecare.

Cei slabi şi cei greu bolnavi, dar mai ales nervoşii, nu trebue să facă niciodată sau foarte rar băi de abur. Pentru aceştia sunt foarte bune băile mele de trunchiu cu frecături, şi băile de şezut cu frecături, în legătură cu băile de soare. Oamenii cari asudă lesne dela sine pot să nu facă deloc băi de abur. *Mai mult de două băi de abur pe săptămână nu trebue făcute, chiar în bolile uşoare, numai după porunca unuia care pricepe.*

Indată după baea de abur trebue răcorit trupul c'o bae de trunchiu cu frecături la 16° până la 22° R. (22°—27,5° Cels).

Această bae de trunchiu se va face cum arătăm mai la vale, pag. 91, fig. D.

Se va spălà cu apă la sfârşitul băei pe lângă burtă, mâinile, peptul, picioarele, capul şi gâtul, pentru a se răcorì bine trupul. Cu cât e acesta mai cald, cu atât mai puţin simte răceala. Când asudă nu e aţâţat, numai pielea e înfierbântată bine. Nu trebue să se teamă cineva de aceste băi. Oţelul însuşi după ce l'am înfierbântat în foc trebue stâmpărat în apă rece ca să se întărească. Tot aşà cu trupul; după abur se întăreşte la răceală şi face în stare a se împotrivì la boli.

După baea de trunchiu cu frecături, trebue să avem grijă să ne încălzim şi să asudăm. Bolnavii în putere

se plimbă la aer, anume la soare; persoanele mai slabe, când mai ales au făcut şi bae de abur, trebue să se acopere bine în pat şi să stea cu fereastra puţin deschisă.

E cunoscut că aburul se ridică îndată ce temperatura apei e de 100° C. Aburul din oale e tocmai ca şi cel din căldări. E chestie numai de cătime, că e de ajuns cel dat de oale, poate oricine să se încredinţeze prin încercare. Cine nu are aparatul meu de abur, şi nici nu-l poate căpătă, să ia o bancă de pae ori chiar un scaun.Bolnavul se aşează pe aceasta şi se acoperă c'o pătură, dedesubt punem o oală cu apă clocotită, iar picioarele le pune pe o altă oală plină pe jumătate cu apă clocotită şi acoperit cu două leţurele înguste.

Un lucru bun al aparatului meu e că se pot face cu el băi de abur ca în fig. B, numai la câte o parte.

Băi de abur pentru partea de jos a burtei se face mai ales în potriva bolilor acelei părţi, apoi la cloroză, la menstruaţii neregulate, şi la alte boli de femei, reuşesc de minune.

Intrebuinţarea se vede bine depe figură.

Acì trebue pusă dedesubt numai o oală, care se poate înlocuì cu alta după dorinţa bolnavului.

Fiindcă vor fi şi celelalte părţi ale trupului încălzite, trebue făcută o bae de trunchiu întocmai ca după cele întregi şi trebue făcute întocmai ca şi acolo. In multe cazuri, mai ales la boli de femei, după băile de abur trebue neapărat făcută o bae de şezut cu frecături. Aceasta ori baea de trunchiu cu frecături o facem până ce începe a ne fi frig.

Dacă se întrebuinţează potrivit, aceste băi de abur au un efect minunat.

Băi de abur pentru cap şi gât. — Se arată în Fig. C. Punem oala pe scândurica de pe bancă, aburim capul şi gâtul până când asudă bine. Durerile încetează tot mai mult, decum începem a asudà. Acest lucru se vede bine la durerile de dinţi. Trebue să ne spălăm

pe urmă bine cu apă rece capul şi pieptul, până unde s'au încălzit. Mai nimerit e încă să facem o bae de şezut cu frecături după baea la oala cu aburi. Dacă durerile vin iar după câtvă timp, se face o bae întreagă de abur în care se abureşte bine partea de jos a burtei şi o bae de abur la gât, de oarece durerea e atunci mai adâncă.

Aceste trei băi de abur sunt foarte puternice şi folosesc la dureri de urechi, de ochi, de nas, şi de gât, mai cu seamă la dureri de gât, la buboae, chiar la umflături şi buboae aduc uşurare repede.

Pentru a face băi de abur numai la câte o parte se poate şi altfel nu numai decât cu aparatul meu, care, bine înţeles, e cel mai îndemânatec.

Se poate face bae cu abur a burţei pe un scaun de pae; pentru bae cu abur la cap se ia un scaun de bucătărie, pe care se pune o oală cu apă în clocote, iar înainte aşezăm un scaun ca să avem pe ce sprijini mâinile.

Baia de soare. — Băile de soare, cari bine înţeles, se face numai în zilele *foarte călduroase, cu soare,* vara, se fac astfel: bolnavul stă îmbrăcat uşor într'un loc apărat de vânt, mai nimerit pe o pătură ori rogojină. Leapădă ghetele şi ciorapii, de asemenea femeile şi fetele să nu aibă corset. Capul şi faţa să fie apărate de razele soarelui, mai bine e să pue pe cap o foae verde mare, (foae de brustur ori de altceva) ori chiar mai multe foi de asemenea se acopere toată burta şi organele genitale. La nevoe se poate să se acopere şi cu bucăţi de pânză udată în apă rece.

Baia de soare poate ţineà dela o jumătate de ceas până la 1 ceas şi jumătate. Unii bolnavi cari asudă greu pot să steà şi mai mult, dacă nu simt mare oboseală. Mai ales în zilele prea calde, nu trebue să fie prea lungi băile. Celor cărora băile de soare le face dureri de cap ori greutate, trebue să stea puţin. Aşà e mai ales la acei cari nu asudă.

După baea de soare trebue să facă o bae răcoritoare de trunchiu cu frecături ori bae de şezut cu frecături, ca să alungăm materiile înbolnăvitoare, streine. Persoanele cari după aceste băi răcoritoare, se încălzesc greu, stau din nou la soare cu capul acoperit sau se preumblă puţin la soare. Regula aceasta e pentru persoanele greu bolnave ori slabe, pentru cari baea de soare e prea tare şi care la începutul curei e mai bine să nu se facă.

Vremea cea mai bună pentru baea de soare e între 10 dimineaţa şi 15 ceasuri după prânz. Se poate face chiar îndată după masa dela amiază. Dar mai bine, peste jumătate ori chiar peste un ceas, fiindcă mistuirea are nevoie de căldura trupului, iar baea răcoritoare, după cea de soare ar aduce prea mare răceală.

Băi de soare la o parte numai. — La unele boli ca noduri, răni, învârtoşiri, formări nouă în trup, locuri dureroase, etc., am căpătat foloase mari cu băile de soare locale. Acest fel de bae se face ca şi cea de sus, atât că se lasă la soare numai acea parte de trup, care trebue să facă baea şi se acopere numai cu foi verzi împotriva razelor.

Despre însemnătatea băilor de soare am de spus cele ce urmează. Pe lângă apă şi dietă, soarele este cel mai puternic mijloc de vindecare şi lucrarea lui nu se poate înlocuì prin nimică alta. Tocmai la bolile cronice nu este alt mijloc mai bun şi mai blând pentru aţâţarea şi scoaterea afară a materiilor streine decât băile de soare! O asemănare va face această însuşire şi mai lămurită onoraţilor cititori. E cunoscut cum rufele murdare puse la soare, usucă şi păstrează şi mai tare murdăria pe ele. Punând tot acele rufe în apă şi pe urmă la soare, rând pe rând; atunci soarele scoate murdăria şi materiile străine mai mult ori mai puţin afară şi, lucru cunoscut, curăţă rufele şi le înălbeşte.

Intocmai după cum putinţa de a trăì a tuturor fiin-

ţelor vieţuitoare de pe pământ e legată de lucrarea rând pe rând, a soarelui, apei, aerului şi pământului; după cum plantelor şi copacilor le merg bine numai dacă au în câtimi potrivite soare, apă, aer şi pământ, şi se închircesc ori se îmbolnăvesc îndată ce le lipseşte unul din aceşti factori de vieaţă, în parte ori de tot, întocmai aşă e cu toate fiinţele, deci şi cu omul. Din nenorocire, cea mai mare parte din omenire se fereşte de apă, şi de soare mai mult decât trebuie. Neapărat urmarea e slăbirea şi îmbolnăvirea trupului. Un trup sănătos sufere lesne căldura soarelui, un trup bolnav se fereşte de soare instinctiv, fiindcă îl îngreuie. Mişcarea materiilor bolnave care la soare se întind în tot trupul, aduce durere de cap, greutate capului, oboseală şi greutate în tot trupul, dacă organele de curăţire sunt slabe; dar acestea sunt semne neîndoioase că materiile străine din trup au început a se topì. Baea de soare singură niciodată nu ne va folosì dacă nu întrebuinţăm totodată şi apă. Prin aceasta se va sporì puterea de vieaţă care trebue să fie întâia noastră grije, doar şi plantelor le merg bine numai prin lucrarea apei şi a soarelui; pier însă numai la soare. Dacă am înţeles purtarea naturei, nu ne vom îndoì o clipă că la bolile cronice se întâmplă după urma băilor de soare turburări, crize de vindecare pe cari trebue să le domolim cu băi răcoritoare. Băile mele cu frecături împreună cu băile de soare lucrează minunat.

S'ar crede poate că lucrarea soarelui asupra trupului gol ar fi mai puternică decât asupra celui acoperit ori îmbrăcat. E greşală mare. O privire în natură ne va fi de ajuns ca să ne încredinţăm de aceasta. Nu vedem noi un ciorchine de strugure cum se ascunde sub foi de razele soarelui? Cei mai frumoşi şi mai copţi sunt cei ascunşi sub foi, cei fără de foi rămân închirciţi şi acri. Aceeaş luare aminte o facem la cireşe. Dacă, la vremea coacerii cireşelor, omizile mănâncă foile, să nu credem că se vor coace mai bine

decât înainte. Din potrivă, toate cireşele se usucă şi se închircesc fără să ajungă la coacere. Fiecare fruct are nevoie pentru creşterea sa de apărarea foilor. Aşă ne arată toate pildele luate din natură, cât de deosebită este lucrarea soarelui, când se face de-a dreptul ori nu asupra lucrurilor.

Lucrarea asupra capului gol este vătămătoare, fiindcă tot felul de îngreueri pot venì.

Dacă stăm îmbrăcaţi cu hainele, pielea îşi deschide repede şi lesne porii, se moae şi începe a asudà. Mult se sporeşte, mai ales, această lucrare când vom pune pe trupul gol un învăliş care are multă apă în ţesătură.

Cea mai bună apărare sunt foile verzi.

Fig. D.

O îmbrăcăminte neagră înrâureşte altfel lucrarea razelor soarelui decât una albă. De aceea nu-i tot una dacă ne apărăm cu haine ori bucăţi de pânză sau cu foi verzi. Observaţii de ani îndelungaţi în *stabilimentul meu,* mi-au dat dovadă că tocmai prin întrebuinţarea foilor verzi, soarele are o lucrare topitoare deosebit de mare asupra tuturor sucurilor rele din trup.

De aceea băile de soare unite cu celelalte mijloace vindecătoare sunt foarte de folos tocmai la noduri în partea de jos a burtei, la cloroză, anemie, scrofule, oftigă, pelagră.

Baea de trunchiu. — Aceasta se face precum urmează:

Baea e cum se vede în fig. D., o umplem cu apă atâta cât să vie până la şolduri ori buric. Apa e între

23°—16° R=29°—20° C. Bolnavul stă în bae pe jumătate culcat şi se freacă mereu, potrivit c'o pânză groasă (iută ori pânză groasă de in) peste toată burta de sub coaste în jos şi de amândouă părţile.

Această spălare, ţine până ce se răcoreşte bine. La început 5—10 minute ajung, mai pe urmă pot ţineà băile cevà mai mult. Oamenilor foarte slabi şi copiilor le sunt destul câtevà minute. *E foarte însemnat ca picioarele, pulpele şi partea de sus a trupului* să nu fie răcită, fiindcă ele sufer de lipsă de sânge. De aceea le învelim în pături de lână. După baea de trunchiu trebue încălzit trupul, umblând prin aer. Persoanele greu bolnave, ori slabe se învelesc bine în pat cu pături. Dacă încălzirea vine prea încet, se pune bolnavului un brâu, (vezi la anunţuri).

Asemenea băi se pot face dela una până la trei pe zi *după starea bolnavului,* ca lungime şi temperatură.

In multe cazuri trebuesc înlocuite cu băi de şezut cu frecături ori însoţite cu acestea.

Baea de şezut cu frecături. — Baea de şezut cu frecături e mai ales foarte preţioasă pentru femei. Se face în următorul chip. In aceeaş bae ca pentru baea de trunchiu, se pune un scăunel de picioare ori o băncuţă făcută anume de mine. *Baea se umple numai atâta cu apă cât vine până la faţa băncuţei, dar nu trece peste ea.* Cel ce face baea stă pe scaun care e uscat, moae o bucată mare de pânză (iută ori pânză groasă) în apa rece dinlăuntru, ia cât mai multă apă şi spală domol părţile genitale.

E foarte însemnat a se spălà numai pe partea din afară şi a nu frecà în sus şi în jos, ci numai foarte domol pe deasupra de jos în sus cu cât mai multă apă. Pulpele, picioarele şi partea de sus a trupului nu stau în apă nici la această bae; dacă însă se udă puţin, scaunul, nu se strică prin aceasta lucrarea băei. In timpul menstruaţiei (regulei) nu se face bae. Dacă însă ţine mai mult decât e normal să dau poveţe *anumite* pentru băile din timpul periodului, dar le voiu

orânduì eu la cazuri anumite. Când femeea e sănătoasă periodul ţine 2 — 3 zile cel mult 4. Dacă ţine mai mult e nenormal şi bolnăvicios.

Temperatura apei pentru băile de şezut cu frecături să fie aşà de rece, cum se găseşte afară (8° — 12° R. = 10° — 15° C.), poate fi şi mai căldicică 15° R. = 19° C., în anumite cazuri.

Baea să dureze 10 — 15 minute, după vârsta şi *starea de boală a bolnavului.* Camera de bae să fie călduţă, lucru ce e de luat bine în seamă iarna. Cu cât e mai rece apa de bae cu atâta mai mare e lucrarea. Să nu fie mai rece decât poate suferì mâna.

In ţările calde nu se poate aveà apa aşà de rece ca la noi, dar se ia cum se găseşte, de oarece deosebirea dintre apa rece de acolo şi temperatura aerului e aproape aceeaş ca la noi şi lucrarea va fi aceeaşi. Am primit multe scrisori din acele ţări, din ele se vede că s'a adeverit acest lucru.

Unde nu se găseşte bae anume de trunchiu se poate întrebuinţà orice vas de spălat rufe, destul de mare ca să încapă în el un scăunel şi 20 — 30 litri de apă, până la faţa scaunului. Dacă e prea puţină apă se încălzeşte prea repede, fapt care va împiedicà lucrarea băei.

Apa de râu e mai bună decât cea de fântână, când avem numai de această din urmă o lăsăm să stea puţin afară fără însă să se încălzească prea tare.

In toate familiile mai bune sunt cunoscute de mult asemenea spălături pentru curăţenie, deşì nu cu apă rece şi nu aşà de îndelungat.

Pentru bărbaţi se va întrebuinţà aceeaşi bae. Ei vor ţineà vârful pelei care acopere capul membrului bărbătesc *în apa rece spălându-l mereu.* Cel care face bae, ţine vârful pelei de pe capul membrului (preputul pus în poziţie cum îl are bolnavul la naştere) mai bine, între degetul mijlociu, şi între arătătorul dela mâna stângă, pielea să fie trasă cât mai mult înainte pe capul membrului, aşà că capul membrului, glandul,

să fie cu desăvârşire acoperit cum e la naşterea pruncului bărbătesc, şi să nu poată fi atins; cu dreapta se spală cât se poate suportă cu apă rece vârful prepuţului (pielei de pe capul membrului bărbătesc), ţinută între cele două degete, cu o cârpă cât mărimea unei batiste de iută ori de in.

Dela păzirea amănunţită a acestui fel de lucrare atârnă foarte mult. De aceea îndemnăm pe cei cari nu se pot lămurî deajuns în această privinţă, *să-mi ceară sfaturi amănunţite,* ca să nu piardă timp şi să aibă osteneală zadarnică ori să-şi facă vreo daună.

Bolnavii cari au aprindere în trup ori locuri cangrenoase sau la cari boala cronică ascunsă s'a prefăcut în acută, inflamaţia năuntrică se coboară repede, adesea dela întâile băi, la partea unde se face frecarea ori în apropiere. Nu e lucru rău.

Voi vorbì de el pe larg în partea II-a, la capitolul despre rac.

Nu trebuie să se sperie de acest lucru şi să urmeze băile mai departe, numai să frece mai încet c'o cârpă mai moale.

In unele cazuri se capătă lucrare şi mai repede cu aceste băi şi apa să fie de trei degete mai sus peste scăunel, dar atunci temperatura apei să fie dela 14° la 18° R. sau 17°,5—25°,5 C. Scaunul e acì cam în apă, spălarea se face tot cum s'a spus mai sus.

Unii sunt nedumeriţi de ce anume această parte a trupului am ales-o pentru aplicarea băilor şi nu alta. Pricina e că nici una nici alta nu împlineşte condiţiile acestea. In nici un loc din trup nu sunt mai multe capete de nervi însemnaţi împreună. Sunt acì mai cu seamă nervii măduvei spinării şi ai *nervului simpatic,* cari sunt nervii principali din ventricel, şi cari, prin legătura lor cu creerul, au o înrâurire asupra sistemului nervos întreg al trupului. Numai prin părţile genitale se poate înrâuri asupra organismului întreg.

Aşà zicând, acì este rădăcina arborelui vieţii. Prin

spălături reci, nu numai că împuţinăm fierbinţeala năuntrică, dar întărim şi nervii, puterea de vieaţă din tot trupul, chiar din cele mai mici părţi, va sporì cât mai mult. Nu e aşà numai când nervii sunt tăiaţi prin vreo operaţie.

Cumintele, când nu se va teme de-o încercare practică, va trebuì să înţeleagă că o bae de şezut cu frecături, aşà cum am rânduit-o, întruneşte toate condiţiile pentru însănătoşirea funcţiunilor trupului; dar un lucru foarte însemnat de luat aminte e că baia de şezut cu frecături, care a adus ajutoare, este menită *numai pentru bolnavi.* Cine ştie la ce chinuitoare şi neplăcute şi ruşinoase lucruri supune medicina oficială trupul, va privì cu ochii lipsiţi de prejudiţii, întrebuinţarea băei de şezut cu frecături. Ruşinoşie nu are acì loc, când este vorba de a aduce uşurare bolnavilor, şi a le da ajutorul dorit. La sănătoşi, baia de şezut cu frecături nu are nici o lucrare şi pe aceştia nu-i sfătuim s'o facă. O găsesc curând plictisitoare, pe când bolnavilor le place s'o prelungească mai mult de cât trebuie.

Şi în această împrejurare trebuie să vedem năzuinţa naturei de a echilibrà silinţa care nu se dă pe faţă, cum greşit, cred atâţia, nu numai în fenomene fizice, ci şi în schimbarea regulată a temperaturei trupului după cea din împrejurul omului. Este acea trecere a temperaturei din lăuntru în afară şi din afară în lăuntru, numită nu pe nedrept curent electric. Dar ca şi la curentul curat fizic se presupune şi la acesta o anumită încărcare. Cu cât aceasta creşte de pildă într'un trup prins de friguri, cu atât mai rea va fi starea insului şi cu atât mai mult se va arătà boala. Ca o apăsare înăbuşitoare şi neplăcută a unui nor furtunos face încărcarea şi în trupul nostru. Ce pare mai firesc şi mai simplu decât a aduce acì prin frecături, echilibrare înţeleaptă? Trebuie o schimbare a temperaturei înalte în una mai joasă, o coborîre a prisosului, la nivelul potrivit. Mijlocul acesta pe lângă al-

tele şi baia de şezut cu frecături, care având în vedere cele arătate mai sus, trebuie făcută *numai cu apă rece.* Lucrarea ei este neînchipuit de bună şi în cazuri numeroase plină de reuşită. Unde ea nu ajută, acolo trupul şi-a pierdut puterea de vieaţă.

Trupul prea încărcat cu materii streine se poate asemănă cu o maşină ruginită, aşà că mistuirea micşorată nu poate scoate cătimea de hrană trebuitoare ca să ţie trupul în stare de a lucrà ca mai înainte. Atunci trebuie cătimi mai mari ca înainte şi neapărat şi aţâţătoare, ca să fie în stare de a lucrà neapărat; însă puterea de a mistuì merge scăzând.

Voim să întărim în trup puterea de vieaţă, vom reuşì numai prin mijloacele cari să îndrepte şi să întărească *mistuirea.* Cele mai bune mijloace cunoscute sunt, pe lângă mâncare potrivită, şi aceste băi descărcătoare.

Ele îndreaptă chiar şi cele mai rele mistuiri, cât se pot însă vindecà şi în timp aşà de scurt cum nu se poate prin alt mijloc şi lucrează în chipul cel mai natural.

Aceste băi scoboară căldura năuntrică, urcată din pricina frecăturilor între materiile pricinuitoare de boli. Dacă am vrea să luăm o pildă din vieaţa de toate zilele, să facem ca aburii ieşiţi dintr'o oală care fierbe să-i întoarcem la starea lor naturală, adică îndărăt în apă, am reuşì prin coborîrea temperaturei. Şi la materiile bolnave deci, la orice boală a trupului, este tot aşà. După urcarea temperaturei urmează boală.

Aceasta va încetà, când vor încetà condiţiile cari au pricinuit-o, deci prin răcorirea şi scăderea căldurei năuntrice.

Intocmai cum o maşină numai dintr'un singur punct o putem pune lesne în mişcare, mai tare ori mai încet, tot aşà puterea de viaţă din trup, numai dintr'un singur punct se poate înrâurì, acest punct e cel pe care l-am ales eu pentru facerea băilor de şezut cu frecături.

După aceste lămuriri, fiecare vede bine de ce caut prin aceleaşi mijloace durerile de ochi şi de urechi, ţinând seamă de inşi şi tot cu acestea caut scarlatina, vărsatul, holera, etc. Puterea de vieaţă a trupului întreg trebuie sporită şi nu e temut că vreo parte a trupului va fi mai înrâurită decât alta, dacă nu este stricat vreun nerv. Cum se dă pe faţă o putere de vieaţă mai mare, este aproape necunoscut celor mulţi, căci adesea s'arată sub forme protivnice aşteptării bolnavului. Se întâmplă că fumătorii după bae, nu pot suferi ţigara, şi, de aceea, cred că stomacul lor e mai slab, pe când e tocmai din potrivă. Inainte stomacul lor n'aveâ de loc putere să se împotrivească nicotinei, pe când acuma o are.

Fiindcă numai prin aceste băi se întăresc nervii trupului, capătă puterea de a alungà pe căile obicinuite materiile străine.

Pe lângă băile de şezut cu frecături, spre a alungà căldura din lăuntru şi a topì materiile străine, mai am şi *compresele cu pământ* pe vintricel, cari sunt foarte bune. La juliri şi zdreleri, sunt de asemenea bune.

Nimeni nu trebuie să creadă că prin aceste feluri de întrebuinţare, dar potrivite, cu băgare de seamă după fiecare ins, aproape toţi bolnavii se pot vindecà. Cum am amintit mai sus, *pot vindecà orice boală, nici decum orice bolnav.* Căci unde e nimicită toată *puterea de vieaţă* şi prin aceasta şi puterea mistuirii, unde unele organe sunt în parte ori de tot stricate, acest metod aduce *uşurare* durerilor cum nu aduce altq metodă, dar *vindecare* deplină este cu neputinţă.

Afară de asta sunt şi cazuri de boli grele, în cari băile mele se pot întrebuinţà numai foarte domol.

Câteodată trebuie chiar oprite cu totul pentru un timp! In asemenea cazuri grele nu trebuie să se întrebuinţeze metoda mea, fără a o cunoaşte mai adâncă. *Atunci e mai bine să mă întrebe prin scrisori ca întrebuinţarea curei să nu facă rău.*

Ce să mâncăm? Ce să bem? Ce e mistuirea?

Am văzut în cele spuse despre băile de şezut cu frecături şi în lămuririle despre puterea de vieaţă, că boala vine numai din pricina unei hrăniri greşite. Numai mistuirea rea aduce formarea materiilor străine şi deci boală în trup. Acuma întrebarea: „Ce să mâncăm, ce să bem", ne aduce la o chestie arzătoare.

E cunoscut pretutindeni că pentru a produce o putere electrică ori un curent statornic trebuie elemente anumite. Cu ajutorul unui acid, prin arderea sau prefacerea zincului şi a unei table de cărbune, se face slobodă puterea care înainte ţineà zincul şi cărbunele în forma lor.

Această putere se duce întâiu prin sârmă ca un curent negativ şi altul pozitiv, apoi o întrebuinţăm ca electricitate, făcându-i să lucreze unul asupra altuia. Dacă am voì în locul acestor elemente (zinc şi cărbune) să punem altele, cari sunt asemenea acestora ori cari sunt formate din aceleaşi părţi ori chiar zinc şi cărbune, dar sub altă formă, de pildă în praf, s'ar vedeà foarte curând că nu se mai desvoltă electricitatea, ori că puterea aceasta va fi foarte deosebită şi mult mai mică, deşi elementele acestea noi sunt în aceleaşi condiţii ca şi zincul şi placa de cărbune. Tot aşà se întâmplă cu puterea vieţei din trup, care e mai

mică, după cum alegem hrana. Ştim cu toţii că sunt de ale hranei unele prielnice trupului şi altele stricătoare. Dar unele fenomene se arată în chipul cel mai vădit în alegerea hranei noastre de căpetenie, aerul. Dacă iei unui om aerul şi-l cufunzi în alt gaz, numai pe câteva minute, va muri, fiindcă acesta nu-i poate ţineà puterea de vieaţă.

Mult mai încet şi mai puţin isbitoare sunt neajunsurile unei hrăni greşite. Acì depărtarea într'o hrană firească şi una otrăvitoare este foarte mare. Trecerea însă dela o hrană naturală la una protivnică e atât de mică, încât se poate greu băgà în seamă. Fiind însă că ştim că materiile străine pot intrà în noi numai printr'o mistuire rea, este datoria noastră a împiedecà hrana stricătoare şi mistuirea rea.

Să-mi daţi voie să vă mai aduc vreo câteva pilde scoase din practica mea, ca să vă lămuresc şi mai mult chestia hrănei greşite şi a mistuirei rele. Unul se tângue că, deşì mănâncă şi bea foarte puţin, se îngraşe din ce în ce. Acest om suferă de prea multă hrănire. Altul e slab, prăpădit şi uscat, după cât mănâncă ar trebuì să fie în altă stare. Hrana trece prin trup, dar acest nu-i în stare să se folosească. O cătime din acea hrană rămâne nefolositoare, ori aproape nefolositoare. Asta dovedeşte că numai trecerea hranei şì băuturei prin trup nu înseamnă mistuire normală, cum, din nenorocire, cred atâţia.

Aceşti doi inşi sunt două contraste. Cel dintâiu ne arată cum cu hrană şi băutură puţină se poate îngrăşà; al doilea cum cu hrană şi băutură multă se poate rămâne slab. Cu toate acestea, în ciuda părerii, într'a mândouă cazurile, pricina e aceeaş mistuire rea ori hrănire greşită. Înţelegem de ce un ofticos poate întrebuinţà mâncările cele mai întăritoare şi cele mai hrănitoare, după dânsul, fără ca trupul să i se hrănească bine. De asemenea nu ne vom mirà de lipsa de poftă de mâncare la inşi ce par voinici, dar sunt nervoşi.

După aceste lămuriri de cari s'a vorbit în capitolul despre puterea de vieaţă, ne va fi lesne a găsi chipul de a ne apără de hrană prea multă. Cititorul luător aminte va fi înţeles că nu ouăle, carnea, extractele, vinul, berea, cacao, cafeaua, ceaiul, etc., sunt cele mai hrănitoare pentru trup, ci acele cari se mistuesc mai lesne. Cu cât trupul preface mai lesne hrana ce i se dă, cu atât mai mult o va întrebuinţă pentru folosul său şi cu atât va fi mai dătătoare de putere de vieaţă. Aşà dar, cătimea puterii de vieaţă atârnă de mistuirea lesnicioasă a materiilor hrănitoare.

Dacă o mâncare e grea de mistuit, lucrarea trupului ca s'o mistue e mai lungă.

Oricine ia o hrană greu de mistuit, trebuie să nu mănânce alta, până nu s'a mistuit cea dintâiu, dacă vrea să nu-şi strice. Din nenorocire azi puţini fac aşà fiindcă obiceiurile noastre sunt protivnice unor asemenea *posturi.*

Azi abià nu se mai cunoaşte adevărata însemnătate a postului. Din nenorocire, omul nu mai păzeşte timpul de post hotărît de natură. Iarna, când are mai multă vreme decât vara, are şi mese mai bogate, ba găsim foarte răspândită părerea, că iarna trebuie să mănânce mai mult şi mai gras, ca să poată duce mai lesne la frig. E o părere protivnică tuturor legilor naturale. Adesea, foarte adesea, am văzut răul ce aduce mâncarea şi băutura multă iarna.

In natură vedem în această vreme pretutindeni un fel de post. Să luăm seama că şerpii postesc adesea săptămâni întregi, după ce au mâncat mult. Vedem căprioare şi iepuri săptămâni şi luni, mâncând foarte puţin şi cu toate astea biruind toate neajunsurile unei ierni grele şi friguroase. Dacă animalele acestea ar aveà iarna tot atâta hrană cât vara, fără îndoială că ar fi bolnave şi greu ar învinge gerul iernei. Frigul schimbă toate fermentaţiile, deci şi mistuirea, o cătime de hrană care în timpul verei se mistue lesne, pe

iarnă se mistue mai greu. Acì e şi pricina că animalele noastre domestice pe cari le hrănim în grajduri, sufer aproape regulat de hrănire prea mare şi nu mai pot suferì răceala şi asprimea iernei, la aer slobod, pe când animalele sălbatice birue chiar cele mai mari asprimi ale iernei, deci au o putere de împotrivire de care se ţine prea puţin seamă.

De pe cele spuse, vedem limpede că boala vine numai printr'un fel de hrană prea multă şi ne încredinţăm dela sine că nu e tot una *ce mâncăm, în ce formă e hrana mâncată şi unde o mâncăm;* pentru a înţelege mai lesne, voiu da câteva pilde.

Dacă mâncăm o supă fără mirodenii, ori bem apă fiartă, hrana asta ne pare fără gust şi rea. Cât de răcoritoare e dimpotrivă apa proaspătă, cât de întăritor un măr! Intocmai aşà e cu aerul ce sorbim: apăsător şi înăbuşitor într'o cameră, pricinuind chiar dureri de cap, când stau împreună oameni mulţi. Şi cum se simte de bine fiecare în aerul slobod afară?

De mare însemnătate e şi unde mâncăm. Ce mâncăm în cameră, căci mestecând mâncarea, amestecăm şi aer proaspăt în ea, iar acest aer proaspăt lucrează altfel decât cel stricat asupra mistuirei.

Cum am pomenit mai sus, mâncările cari se mistue lesne sunt mai folositoare trupului. O hrănire prea bogată sau o mistuire rea se întâmplă mai *greu* cu o mâncare lesne de mistuit. Deci este vorba să aflăm care mâncare e mai lesne de mistuit şi deci mai dătătoare de puteri.

Răspunsul la această chestie atât de mare şi de desbătută este, pe cât de simplu, pe atât de natural şi se poate rostì aşà.

Toate mâncările ce mâncăm neschimbate, *în starea lor naturală* se mistue mai lesne şi dau cea mai mare putere de vieaţă.

Toate lucrurile de hrană pe cari le schimbăm prin *fierbere, afumare, mirodenii, saramură* şi *oţet*, pierd

mistuirea lesne şi nu mai dau aceeaş putere de vieaţă ca hrană naturală, chiar dacă se pot păstrà mai mult.

Dintre toate mâncările fierte şi pregătite, acelea sunt mai *lesne de mistuit cele ce se pregătesc sau fierb mai simplu şi cari sunt mai puţin sărate şi mai cu puţine mirodenii.*

Hrănirea cu lichide ca: supe şi băuturi, bere, vin, cacao, etc., sunt mult mai grele de mistuit, decât mâncările tari pe cari trebuie să le mestecăm: băuturile multă vreme întrebuinţate aduc lărgire de stomac şi mistuire rea.

Acele materii hrănitoare cari ne sunt desgustătoare sub forma lor naturală, tot stricătoare sunt chiar dacă le hăcuim şi fierbem, de par bune la gust! Intâiu carnea face parte din acestea! Nimănui nu i-ar venì în gând să rupă cu dinţii dintr'un bou ori să mănânce carne de berbec crudă. Prin gătire însă ne înşelăm instinctul şi simţirea firească, dar niciodată nu se va puteà face să fie nestricător, ceeace e neplăcut instinctului nostru.

Pentru a înţelege mai bine ce e hrana naturală, mai am de spus următoarele:

Toate mâncările, când nu sunt tocmai coapte şi neîndestul de crescute, sunt mai lesne de mistuit şi mai dătătoare de vieaţă decât prea coapte. Din nenorocire oamenii cred că fructele necoapte sunt stricătoare sănătăţii, şi că face diaree şi disenterie. Greşala e mare. Firește, acel care s'a deprins cu mâncări de carne, când întâmplător mănâncă fructe crude, lesne poate să capete diaree. Pe de altă parte aceasta-i şi o dovadă de mistuirea repede a fructului. Orice hrană lesne de mistuit se preface mai curând prin fermentarea mistuirii decât mâncarea grea de mistuit. Dacă sunt în stomach şi mâncări mai grele ori mai puţin fermentătoare, înrăureşte fermentarea mai repede a fructului verde, încât intră şi ele mai repede în descompunere şi fermentare. In acest chip se întâmplă dia-

reea [1]) de care se tem atât. Asemenea diaree uşurează trupul în scurt timp de-o mulţime de materii streine, şi este, după cercetările mele, binefacere adevărată pentru organism.

Negreşit, onoraţii cititori ştiu cum câinii din pricina prea multei ingrijiri se îngraşă, şi adesea mănâncă iarbă, hrană care nu-i pentru carnivore. Instinctul câinelui îi spune că iarba, din pricina lesnei mistuiri, va ajută mistuirea greoaie a hranei prea grase.

Cine suferă de mistuire ori de stomach, să mănânce fructe necoapte în loc de coapte, până ce stomahul se va îndreptă încet-încet, ca să poată mistui şi fructe coapte.

Cum e cu fructele, tot aşă e şi cu celelalte mâncări, tot aşă şi cu grânele, după felul cum sunt pregătite, cum le mâncăm, şi greutatea mistuirii ; mai uşor se mistue ca boabe întregi. In orice caz fărâmarea boabelor dă dinţilor de lucru, dar tocmai mestecarea şi balele ajută mai cu seamă la mistuit. Fireşte, numai un om cu dinţii buni poate mâncă aşă grăunţele, unii nu pot de loc. Aceştia trebuie să facă crupe, şi să le mănânce. Crupele sunt pentru bolnavii grei, dacă starea lor îngăduie o hrană naturală puternică şi se întrebuinţează totdeauna unde stomachul nu poate încă suferi pâinea Graham. Atunci crupele împreună cu fructele crude fac minuni, şi dacă bolnavul mai este în stare de-a se lecui, se va însănătoşi repede. Sub formă de pâine de crupe numai sunt grăunţele aşă lesne de mistuit, ca în forma de mai sus. Dintre toate felurile de pâine, cea de crupe e cea mai lesne de mistuit.

---

1) Vezi *Louis Kuhne: Holera, vărsături cu diaree* şi alte asemenea boli. Căutarea şi vindecarea lor fără de medicamente. 25 Lei. Editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossdlatz 15/24.
Editura românească a Medicului Toma Simionescu, Str. 11 Iunie 7, Bucureşti, Lei 25.

La cele mai multe feluri de pâine iau din boabe numai partea albă, cealaltă se întrebuinţează în alte celea. Prin asemenea pregătiri se face o făină frumoasă dar întrebuinţarea pâinei făcută dintr'însa, îngreue trupul, face mistuirea mai anevoie decât boabele, duce repede la încuere, fiindcă îi lipseşte tărâţele, tocmai partea cea mai *însemnată* din grăunţe.

Vezi în privinţa aceasta: *Louis Kuhne, Creşterea copiilor, îndemn* către toţi părinţii, profesorii şi educatorii, publicat în limbele germană, română, olandeză, daneză şi ungurească. Preţul celei germane 65 bani editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Preţul ediţiei române, editura Toma Simionescu, Bucureşti, strada 11 Iunie 7, Lei 25.

● Ovăzul e hrană minunată pentru cai. Cât de însemnat lucru e forma sub care îl dăm cailor ne-o poate spune orice proprietar de cai. Dacă dăm cailor ovăzul amestecat cu paie, se mistue mai lesne, şi e mai hrănitor. Dacă îl dăm curat, curând se dovedeşte că se mistuie mai greu. Să le dăm alte grăunţe, grâu, secară fără de paie tocate, se va dovedì că sunt mai grele decât ovăzut. Mai bine iese la iveală mistuirea grea, îndată ce le dăm ovăzut curăţat de coajă. Caii se îngraşă mai tare, se fac greoi şi sufăr de încuere.

Mistuirea uşoară stă tocmai în coajă ori tărâţa boabei. Cu cât are mai multă coajă şi tocmai din această pricină e mai bun decât grâul şi secara.

Deşì în baliga calului se găseşte o parte de ovăz şi de paie neschimbate, nu trebuie de crezut că toate astea au fost numai o greutate de prisos pentru mistuirea calului. Ar fi înşelare mare. Această părută îngreunare îi trebue calului pentru a mistuì lesne ca şi miezul grăuntelui. *Natura ne dă hrana în forma cea mai lesne de mistuit.*

Şi pentru oameni e foarte însemnat lucru sub ce formă mănâncă hrana. Ades auzi zicând: „Nu pot mistuì fasole, mazăre, linte, prea fac gazuri". Dar de multe ori greutatea atârnă de felul cum le gătim. Sub

formă de piurele sau supă, trecute prin sită, cum mâncăm azi aceste legume, sunt grele de mistuit şi nu-i de mirat că îngreue. Mai ales sub formă de supă sunt grele de mistuit, căci supa merge în stomach *nemestecată* şi dela început este rău gătită pentru mistuire. Să luăm din potrivă tot atâta mazăre cât la supă, s'o fierbem cu puţină apă, încât când va fi gata să fie scăzută şi rămasă rotundă cum e dela sine.

Vom vedeà că vom puteà mâncà abià a treia parte cât am mâncat sub formă de supă. Mai departe vom vedeà că nu ne va face deloc gazuri, cătimea mică de mazăre mâncată cu coji cu tot, cum ne-a făcut ceeace am mâncat sub formă de supă. Vom vedeà că nu ne face greutate şi că ne întăreşte mai mult decât supa.

Îmi aduc aminte de un lucrător care silit de împrejurări, vreme de trei luni, mâncà numai câte o mână de mazăre crudă pe zi. Istoriseà această întâmplare din vremi grozave cu o plăcere nespusă, neuitând mai cu seamă că trebuià să ţie mazărea ceasuri întregi în gură ca s'o moae şi s'o poată mestecà.

Cu toată această hrană puţină, erà foarte sănătos. Pilda arată că mâncările în starea lor firească sunt mult mai hrănitoare.

Mai departe vedem că şi la chestia hrănii se adevereşte principiul naturei, cu mijloacele cele mai mici şi mai simple dă cel mai mare rezultat ! După cele spuse neapărat s'au încredinţat cetitorii că trebuie să ne păzim de prea multă hrană. Nu pot hotărî pentru fiecare om şi fiecare bolnav, cât şi ce trebuie să mănânce ca să se păzească de o hrană prea multă. Mai nu se găsesc doi bolnavi la care mistuirea să fie în totul la fel, de aceea nu se poate hotărî dinainte forma şi cătimea mâncărilor. Trebuie să vadă fiecare singur ce-i mai bine pentru dânsul. E deajuns să arătăm cari mâncări se mistuie mai lesne.

Despre mersul mistuirii în sine, şcoala medicală, de azi nu ne dă nici un punct de sprijin temeinic, chiar

descoperirile cele mari ale chimiei, cari s'au făcut cu ajutorul retortelor, cântarilor şi a altor aparate, sunt fără de folos pentru metoda noastră de vindecare.

Mistuirea se face în trup. Prin ea mâncările se prefac în alte materii, dar în trupul viu. Prin ea îşi însuşeşte trupul numai atât cât poate să-şi însuşească (asimileze). Toate mâncările, cărora noi, prin gătirea noastră, le atacăm puterea fermentătoare cu sare, zahăr ori fierte, se vor mistui mai greu. Asta înseamnă că se vor asimilà mai greu. Se va schimbà puterea lor de a se mistui, le va trebui mai multă vreme decât de obicei ca să ajungă la acel punct de fermentare trebuitor mistuirii, cu alte cuvinte vor zăbovì mai mult decât ar fi trebuit, deci vor fermentà mai mult în trup şi vor pricinuì o temperatură mai înaltă, căldura din năuntrul trupului pricinuită din această cauză duce la o învârtoşare a materiilor scaunelor şi la o înceată colorare a lor.

Mistuirea începe din gură cu îmbălarea. Mâncarea dusă în stomach, unde se amestecă cu alte sucuri şi sufer alt schimbări. Din pricina acestora încep a fermentà şi se schimbă foarte mult. In maţe lucrarea aceasta e şi mai puternică, ajutată de alte sucuri. Ceeace nu poate întrebuinţà trupul se dă afară prin maţe, rinichi şi piele. Adesea vedem că animalele mistue oase, pietricele şi bucăţele de var, materii ce nu se pot de obicei mistuì. Le găsim în scurtă vreme mistuite. Dacă se cercetează escrementele nu găsim nici urme de oase.

Adesea vedem la om că stau mâncările opt zile şi chiar mai mult în canalul de mistuire. De acì prilej de fermentare neobişnuită. Gazurile, cari se fac la această fermentare şi cari nu trebuie trupului, se îndreaptă către piele şi ies sub formă de sudoare, iar pe de altă parte, sub formă de gazuri. Dacă voim ca vânturile acestea să nu aducă uscăciune mare trupului nu trebuie oprite cu nici un preţ.

Mistuirea este normală când escrementele sun ca-

fenii deschise, moi, se țin în una, fiind destul de dese și învelite într'o materie mucoasă, arătând lămurit vâscoșia sucurilor felurite ale mațelor.

In formă de cârnat trebuie să fie când iese din trup și așă ca să nu-l murdărească. Observăm la toate animalele sănătoase, acelaș lucru, tot așă trebuie să fie și la oamenii sănătoși. Capătul mațului gros este astfel făcut, încât excrementele dela o mistuire sănătoasă le dă afară fără să se murdărească. Hârtia higienică e o născocire *a oamenilor bolnavi, cei sănătoși* dela țară n'au nevoie de ea. Incă un lucru, excrementele niciodată nu trebuie să miroasă grețos și nesuferit.

Indată ce se ivește așă ceva, trebuie să scoatem încheere că în trup se petrece vreo fermentare nenormală. Aceasta duce în urmă la *încuere* și *învârtoșarea burtei.*

Excrementele tari și vârtoase se opresc în mațe și nu pot merge nici încolo, nici încoace.

Fermentarea năuntrică merge înainte. Schimbă forma excrementelor vârtoase, se fac gazuri și pricina de căpetenie din care gazurile încep să se răspândească prin trup. Apăsarea din lăuntru și încordarea din pricina fermentării le împinge spre partea cea mai dinafară. Impingerea dinăuntru, prin apăsarea materiilor fermentătoare, le grămădește spre părțile cele mai dinafară ale pielei. Dacă asta nu lucrează îndestul, se grămădesc sub piele. La urmă pielea lucrează tot mai puțin. E mai rece decât temperatura normală. Și vasele cele mai subțiri sunt atât de umplute și de pătrunse cu materii străine ; așă că sângele sănătos care singur încălzește pielea, nu mai poate străbate până la fața trupului. Urmarea va fi o temperatură rece în afară, și culoarea galbenă la piele.

De obiceiu pielea capătă coloare rece galbenă ca de leș. Mai pe larg vezi la capitolul despre anemie, dar se poate să fie foarte deosebită după felul sângelui. Mari cătimi de urină în sânge înroșesc pielea. De re-

gulă însă își arată starea bolnavă prin coloare galbenă, cafenie și cenușie. Temperatura rece din afară lucrează din potrivă decât căldura lăuntrică și face ca materiile gazoase din lăuntru să se întărească. Acestea, grămădite din pricina apăsării din năuntru și răcirii din afară, se grămădesc și umplu fața trupului. Se va întâmplà acea schimbare a formelor trupului, pe care o numim *încărcare*. Starea aceasta o cunosc de pe felul meu de cercetare, știința fizionomiei. Din această pricină se întâmplă toate durerile la cap, ca durerile de ochi, de urechi, de creer, boli la minte, etc. Prin cunoașterea acestor fapte se capătă răspuns la întrebarea cum să căutăm omenirea care suferă și se vădește nimicnicia și lipsa de rost a acestei direcții medicale care caută boală numai local. E minunat, ce se crede azi ca o mistuire normală.

Nu rare ori auzi: „Mistuesc foarte bine, pot mâncà atâtea și atâtea biftece, pot beà atâtea și atâtea pahare cu vin, fără să am vreun neajuns. Toate îmi plac, am poftă de mâncare foarte bună".

Putem primì partea din urmă, deși asemenea plăceri strică tot atât ca și fumatul zilnic a câte zece țigări. Tutunul e și rămâne otravă pentru trup, chiar dacă trupul poate răbdà nicotina. Trupul care trebuie să se lupte cu otrava nicotinei, suferă pagube în lucrările sale normale. Tot așà e cu mâncarea și cu băutura. Un stomach sănătos, nu poate primì nici cât de puțină cătime de mâncare nepotrivită. Indată arată prin greutate, apăsări, arsături, etc., că i se cere prea mult. Un stomach slăbit primește orice, adică nu mai are putere să se apere în potriva hrănei prea multe. Intr'un cuvânt, simțirea naturală a instinctului firesc s'a pierdut. La urmă mâncările ies nedeplin mistuite, și trupul nu-și ia partea trebuitoaree din ele.

Puterea hrănitoare a feluritelor mâncări, atârnă, spunem curat, *numai și numai de puterea mistuirii stomachului și de cea de a-și însuși ce-i trebuie trupului*, nu după așà numita cuprindere în materii. Supe

de grâu, fructe verzi, legume şi mâncări de făină, numai cu apă, fără untură, zahăr şi sare, sunt mult mai lesne de însuşit decât cel mai bun vin, cea mai scumpă carne, decât ouăle şi brânza.

Măcar că din astea din urmă au, după *analiza chimică*, aşà numitele materii din cari e alcătuit trupul, asta nu dovedeşte că sunt pentru noi hrana cea mai potrivită.

Trupul poate scoate materiile trebuitoare lui, arătate de chimie, din hrana cea mai simplă, cum sunt cerealele, bine mestecate şi înghiţite cu bale. Acestea se acreşc în stomach îndată ce ajung. Prin mistuire se schimbă în alcool, zahăr, etc., şi dau cea mai însemnată hrană pentru trup.

Trupul şi le va însuşì bine, fiindcă el însuşi şi le face. Acele părţi din grăunţe cari nu se pot asimilà, le va da afară din trup cu o formă şi culoare anumită.

Deşì nu vor să ţie în seamă dovezile aduse de mine, mulţimea bolilor cari neîncetat sporesc, nu arată vreo propăşire mare a ştiinţei medicale. Tocmai acest fapt ar puteà dovedì publicului ce a făcut medicina oficială. Câţi s'au lăsat amăgiţi de învăţăturile ei falşe, câţi au călcat legile naturale crezând că fac bine, drept şi cumineşte. Călcarea acestor legi se pedepseşte firesţe prin boli de tot felul.

Nu pot să mă opresc a nu da acì o scrisoare de departe dela un misionar foarte învăţat din Honolulu. Iat-o cuvânt după cuvânt: „Pământenii de acì, îna inte de venirea albilor mâncau numai *poi* (mâncare naţională în Honolulu, un amestec de apă cu rădăcini de taro pisată şi foarte hrănitoare), precum şi banane şi alte fructe; beau pe lângă astea apă curată. Deci trăiau natural şi erau adevăraţi uriaşi, plini de putere şi de vieaţă. Au venit „aşà zice scrisoarea mai departe“, Albii în ţară, au învăţat pe pământeni că numai carnea şi alcoolul dau putere, mai ales rachiul cugin. Nu a trecut mult şi s'a adus cea dintâiu viţă iar vânzarea alcoolului s'a lăţit „bine-cuvântarea“.

In istoria havaenă se spune care şefi au părăsit cei întâiu felul de vieaţă de mai înainte, la 16 Maiu 1818. In sfârşit a ajuns carnea de porc şi rachiul, mâncare şi băutură naţională, *dar cu ce urmări?* Acuma cei mai mulţi pământeni (Canaci) sufer de boli de piele şi de astmă, bolile lumeşti s'au lăţit grozav între dânşii, şi oamenii sunt aplecaţi la lepră, care găseşte la ei teren potrivit.

Deci vedem cum această schimbare de traiu a pământenilor, pe care le-a adus-o cultura aşà de mult lăudată, i-a îmbolnăvit. Această faptă ne arată încă odată, cât de falşă e teoria despre hrană a şcoalei medicale. In clima caldă dela tropice se vădeşte foarte limpede şi repede felul îmbolnăvirii, pe când în clima noastră rece schimbarea s'ar fi arătat mai încet.

Dăm acì o conferinţă a d-lui E. Hering, preşedintele societăţii vegetariene din Lipsca, spre a pune temeliile teoretice ale hrănirii celei fireşti.

Prin două organe luăm materii în trup prin plămâni şi prin stomach. Pentru amândouă natura a pus străji, pentru cei dintâiu e nasul, pentru cel de-al douilea e limba, dar, din nenorocire amândouă se pot înşelà şi stricà după cum arată experienţa îndelungă. Fără îndoială, aerul dela munţi este cea mai bună hrană pentru plămânii noştri, şi simţul mirosului se simte foarte mulţumit când ne urcăm pe ei. Cine trăeşte mereu în aerul acesta curat, aceluia îi e cu putinţă să stea ceasuri întregi în camere pline cu fum, de oarece simţul mirosului îl înştiinţează în fiecare clipă. Dacă stăm mereu în cameră, simţul se toceşte, pe încetul se deprinde mirosul atâta încât aerul stricat îi pare plăcut. L'au stricat şi trebuie câtva timp până să se desbare de această deprindere rea. Fiindcă sorbim aer câte 16—20 de ori pe minut, vedem ce urmări rele, grozave, trebuie să fie din pricina materiilor străine, şi deci mintea trebuie să-i ia locul, când mirosul, îşi părăseşte slujba.

Mult mai rău e cu limba, pe care începem de mici,

a o strică şi nărăvi şi care ajunge să mai fie cât de puţin vrednică de ascultat. E cunoscut cum se poate schimbă, gustul după deprinderi. Şi totuşi are mult afface, dacă luăm sau nu hrana potrivită trupului ; căci toate mâncările nenaturale cuprind materii cari nu trebuie să intre în trup, ca unele ce aduc cunoscutele pricini de boală. Să cercetăm lucrul mai cu deamănuntul.

Care e dieta potrivită cu natura noastră.

Acum nu ne mai putem încrede limbei şi instinctului, de aceea trebuie să facem altfel şi să scoatem încheeri sigure din alte celea.

Intrebarea în tot înţelesul face parte din ştiinţele naturale, de aceea vom urmà calea inductivă ori calea dela particular la general. Avem deci trei lucrări de făcut : 1) să adunăm observaţii; 2) să scoatem din ele încheeri şi al 3) să facem încercări.

Domeniul observaţiilor e foarte mare şi un om nu poate să-l cunoască în toată întinderea lui. Trebuie să ne mulţumim cu câteva escursii, cum am face ca să cunoaştem flora Germaniei.

Domeniul pentru aflarea unui fel de hrană e atât de întins în cât trebuie să ne mărginim dela început, căci altfel ar trebuì să cercetăm cum se hrănesc toate vietăţile. E deajuns însă dacă pentru a scoate încheeri şi a căpătà dovezi neîndoioase ne vom ocupà de animalele superioare.

Deci voiu presupune ştiute toate principiile asupra cărora suntem înţeleşi şi sunt scoase din experienţe ori sunt deplin dovedite.

Cele dintâi observaţii asupra fiinţelor vieţuitoare ne arată că trebuie numaidecât să se hrănească spre a trăì. Dar alegerea hranei lor e mărginită. Plantele carì cresc pe ţărmul sărat al mărei pier înlăuntrul ţărei; cele cari cresc în nisipul pietros din pustie, pier în grădini: cele căror le place pământul gras, se usucă în unul nisipos.

Foarte hotărât găsim acest fenomen şi la animale. Se pot împărţì după felul lor de hrană. Chiar popo-

rul ştie să împartă mamiferele în carnivore şi ierbivore. De sigur atâta nu ne ajunge nouă. Cercetând mai cu amănuntul, vedem îndată că trebuie să deosebim insectivorele de carnivore şi că mâncătoarele de plante se deosibesc, în mâncătoare de iarbă şi mâncătoare de fructe (erbivore şi frugivore). Afară de acestea găsim vreo câteva cari mănâncă de toate (omnivore). Observaţia trebuie deci s'o facem de pe organele cari slujesc la hrănire. Acestea corespund atât de sigur cu felul hrănirii, încât chiar de pe scheletul animalului se poate cunoaşte cum se hrăneşte. Vom cercetà mai ales *dinţii, canalul mistuitor, organele simţurilor* cari călăuzesc animalul la felul său de hrănire şi în sfârşit *hrana puilor.* Deci vom face patru escursii în domeniul mărginit în care vom închide observaţiile noastre.

Deosebim trei feluri de dinţi: câineşti, tăetori şi măsele. Tăetorii fiarelor nu sunt tocmai mari şi mai nu slujesc, pe când câineştii sunt foarte lungi. Intrec cu mult pe ceilalţi şi în rândul de jos e un loc anume unde să stea vârfurile lor. Sunt ascuţiţi, netezi şi puţin încovoiaţi.

Pentru mestecat nu sunt buni, dar foarte potriviţi la *apucat* şi *ţinut* prada. Ii numim la fiare dinţi de apucat prada. Pentru fărâmat carnea se slujesc de măsele, cari sunt cu colţi ascuţiţi. Colţii celor de sus nu se întâlnesc cu ai celor de jos, ei trec pe alături unii de alţii, aşà ca să despartă fibrele muşchilor. Mişcarea în lături a fălcei de jos ar împiedicà lucrarea măselelor, de aceea nici n'o au fiarele. De acì urmează că nu pot mestecà răşnit, de aceea vedem cum câinele neputând dumicà pâinea, o înghite aproape nemestecată.

La erbivore dinţii tăietori sunt foarte crescuţi, le slujesc să rupă iarba şi buruienile. Câineştii sunt de obiceiu strâmbi, şi câteodată atât de mari încât slujesc ca arme, de pildă la elefant.

Măselele sunt late şi numai pe delături cu smalţ.

Sunt potrivite pentru a *sfărâmà* şi *măcinà buruenile.* Frugivore nu sunt aşà de multe. Cele mai însemnate pentru noi sunt maimuţele. La acestea găsim dinţii cei mai deopotrivă. Dinţii sunt aproape tot una de înalţi, numai câinştii ies puţin, dar foarte puţin, ca să poată slujì la acelaş scop ca şi la fiare. Sunt conici, dar sus trunchiaţi şi nu netezi, aşà că nu pot îndeplinì slujba de apucători. Vădit, sunt meniţi la o lucrare grea, şi se ştie că maimuţele fac adevărate minuni cu ei. Măselele acestor animale sunt învelite sus cu smalţ, iar falca de jos, se mişcă foarte bine într'o parte şi în alta, în dreapta şi în stânga, încât lucrarea lor se aseamănă cu a unei râşniţi. Mai e de însemnat că nici o măsea la ele nu are ridicături la partea de sus aşà că nu-s menite la mestecat carnea. Omnivorele din cari fac parte, în deosebi urşii au măselele late şi măsele cu ridicături ascuţite. Aşà le au şi câineştii fiarelor, căci n'ar puteà prinde prada, dinţii dinainte însă îi au asemenea cu ai frugivorelor.

Cu care din aceşti dinţi seamănă ai omului? Nu poate fi nici o îndoială şi se cunoaşte fără de greutate că seamănă cu ai frugivorelor. Câineştii omului nu ajung pe ai frugivorelor şi întrec cu prea puţin, ori de loc, pe ceilalţi dinţi, dar asta nu-i deosebire mare, ades s'a zis de pe câineştii că omul e alcătuit pentru a se hrănì cu hrană animală, dar încheerea ar fi adevărată numai dacă dinţii câineşti ai omului ar puteà împlinì acelaş scop ca şi al fiarelor şi dacă am aveà cel puţin ca ursul câteva măsele menite a fărâmà carnea.

Incheerile ce trebuie să scoatem din aceste observaţii sunt următoarele: Dinţii omului nu se potrivesc cu ai carnivorelor, deci el nu este carnivor. Nu se potrivesc nici cu ai erbivorelor, deci nu-i erbivor. Se potrivesc întocmai cu a frugivorelor, asemănătoare cu omul, deci este de bună seamă frugivor.

Incheerea greşită arătată mai sus ni se mai dă şi sub forma următoare: „După dinţi, omul nu e nici car-

nivor şi nici erbivor, dar stă la mijloc între amândouă, deci e între amândouă".

Cum că încheerea nu poate stă în faţa judecăţii logice, nu mai e nevoie de stăruit. Mijlociul e prea larg şi prea nehotărât spre a puteă să-l întrebuinţăm ca o dovadă ştiinţifică. Asta se poate numai în matematici.

Să facem a doua escursie în împărăţia bogată a observaţiilor, şi să cercetăm canalul de mistuire al animalelor. Carnivorele au stomachul mic, aproape rotund, iar maţele lungi de 3—5 ori cât trupul luat dela bot la rădăcina cozei.

Erbivorele şi anume rumegătoarele au stomachul foarte mare şi compus, iar maţele de 20—28 de ori cât trupul. La frugivore stomachul e ceva mai mare decât la carnivore şi au la maţele subţiri care poate fi socotită ca al doilea stomach. Maţele le sunt lungi de 10 până la 12 ori cât trupul. Se găseşte în lucrări anatomice că maţele omului sunt de 3—5 ori cât trupul şi deci că-i făcut pentru hrană animală. Ar fi să învinuim natura de o contrazicere prea mare, căci de pe dinţi omul pare a face parte din omnivore, iar maţele i-ar fi orânduite ca la carnivore. Dar nepotrivirea se desleagă lesne. Au luat ca lungime a trupului la om depărtarea între creştet şi talpa piciorului, uitând că pentru a fi comparaţia dreaptă trebuie să ia depărtarea dela gură până la sfârşitul spinării. Incheerea scoasă e înşelătoare.

Lungimea maţelor la om e după ins, dela 5 la 8.5 m., iar lungimea dela gură până la sfârşitul şirei spinării e de 50—80 de centimetri, aşă că împărţirea dă aproape 10. Astfel ajungem a doua oară la încheerea că: omul este frugivor".

Să facem a treia excursie şi să studiem simţurile cari sunt, călăuzele noastre. Anume simţul mirosului şi al vederii călăuzesc animalele de hrană şi le trezesc pofta de ea. Dacă o fiară găseşte urma unei erbivore, încep să-i sticlească ochii, merge repede pe ea, apucă prada dintr'o săritură îndrăzneaţă, linge sângele care

ţăşneşte; toate aceste lucruri deşteaptă în el o mulţămire vădită. Erbivorul merge liniştit alături cu alte făpturi şi, dacă din alte pricini e silit să le atace, niciodată simţirea nu-l împinge să le mănânce carnea. Lasă din potrivă hrana sa neatinsă, dacă e stropită cu sânge. Mirosul lui şi vederea îl duc la iarbă şi buruene, cari îi şi plac. Observăm acelaş lucru, la frugivore cărora le plac fructele copacilor şi-a câmpiilor.

Ce ne arată organele simţurilor la om? Ne împinge mirosul şi vederea noastră să ucidem un bou? Un copil, care n'a auzit niciodată ceva despre tăiatul animalelor, chiar după ce a mâncat carne, văzând un bou gras, va gândi oare? „Ce gustos ar fi?! Numai după ce ne facem în minte trecerea dela animalul viu la friptura adusă pe masă, numai atunci ne vine astfel de gând, dar din firea lucrului, nu.

Simţirea noastră se turbură şi se înspăimântă de carnea proaspătă dela măcelărie; nu ne place nici la gust, nici la vedere, de ce să fac salhanalele afară din oraş? Se poate numì carnea, o hrană firească, când nasul şi ochii nu pot suferì? Inainte de-a o mâncà, trebue s'o facem plăcută mirosului şi gustului, punându-i mirodenii, afară doar dacă simţul gustului e prea tocit. Cât de plăcut e însă mirosul fructelor şi nu degeaba negustorii de fructe, mai totdeauna zic: „Aşà fructe frumoase că îţi lasă gura apă". Pot să adaug că şi cerealele au miros plăcut şi plac şi crude. Toată pregătirea lor nu-i respingătoare, şi cu drept cuvânt zicem că ţăranul e „fericit". Aşà dar, pentru a treia oară, trebue să încheem! „Omul e hotărât dela natură să fie frugivor".

Dacă în a patra expediţie luăm aminte la măsurile ce a luat natura pentru păstrarea speciei, observaţiile sunt mai grele. Toate făpturile, după intrarea lor în vieaţă, cer o hrană care să le uşureze creşterea. Pentru puiul omului e fără de îndoială laptele mamei, hrana cea mai naturală. Acì observăm că multe mame nu pot îndeplinì datoria lor sfântă, fiindcă organismul lor

nu-i în stare să facă hrana naturală a copilului. Mai ales e rău că asemenea copii pierd dela început adevărata măsură a simţurilor adevărate, căci hrana artificială nu poate niciodată să înlocuiască deplin pe cea firească. Observaţiile noastre ne arată repede că tocmai clasele cari se hrănesc „mai bine“ adică cu carne, suîer de aceasta şi trebue să aducă doici dela ţară, unde se mănâncă foarte puţină carne. Acestea mănâncă de obiceiu din masa stăpânului, şi dseori îşi pierd laptele. Pe corăbii se dă femeilor cari alăptează pilaf de făină de ovăz, căci altfel li s'ar stârpì laptele numai cu hrana de carne păstrată.

Aceste observaţii ne silesc să scoatem încheere că hrana cu carne nu-i deloc bună pentru producerea laptelui mamei [1]).

Pentru a patra oară suntem siliţi să spunem că omul dela natură e frugivor.

Dacă încheerea noastră e adevărată, atunci urmează neapărat că oamenii cei mai mulţi sunt mai mult ori mai puţin depărtaţi dela hrana naturală, făpturi cari s'au îndepărtat dela hrana lor firească ! Sună îngrozitor şi mai cere oarecare dovedire. Este cu putinţă ca şi alte făpturi să se depărteze dela hrana lor firească şi ce urmări poate aveà acest fapt? Trebue să deslegăm întrebarea înainte de a merge mai departe.

Ştim cum câinii şi pisicile s'au deprins cu hrana vegetală, dar suntem în stare a aduce pilde de erbivore cari s'au învăţat să mănânce carne. Am avut prilej să văd un caz foarte ciudat. Intr'o familie au crescut o căprioară care s'a împrietenit repede cu câinile. Vedeà pe câine horpăiindu-şi supa grasă de carne; a încercat şi s'a deprins repede să-i ţie tovărăşie la mân-

1) Prin aceasta nu pretindem că orice mamă vegetariană îşi poate alăptà copilul; atârnă mult dela sănătate, care nu se poate căpăta de azi pe mâine.

care. La început se întorceà cu desgust cum muiâ limba, dar a mai încercat, şi peste câteva săptămâni mâncà şi ea cu plăcere; după mai multe săptămâni ajunsese aşà de departe că mâncà chiar carne şi la urmă îi plăceà mai bine decât hrana ei firească. Urmarea a fost că în scurtă vreme s'a îmbolnăvit şi a murit, înainte de a aveà un an. Trebue să adaug că animalul nu erà închis, ci puteà să alerge prin grădină şi pădure.

Mai ştim că maimuţele frugivore, se deprind lesne cu carnea, dar mor după un an doi de oftică. Se dă până acum vina pe climă, dar fiindcă alţi locuitori dela tropice trăesc bine la noi, se poate zice că de vină e hrana nefirească.

Cercetări noi arată tot aşà. Neîndoios deci că animalele se pot abate dela hrana lor firească şi e netăgăduit că mare parte din asemenea oameni se abat şi ei. Dacă e aşà, şi urmările trebue să fie vădite, trebuie să fie boli.

Să întrebăm pe oameni, în conştiinţă curată, să spue câţi dintre ei n'au avut în viaţa lor nevoe de doctor. Cred că, de tot puţini.

Şi câţi sunt cari mor la bătrâneţe? Cazurile sunt atât de rari încât şi ziarele le trec la rubrica întâmplărilor ciudate.

Sunt foarte puţini oameni cari să nu aibă în ei materii streine. De obiceiu, ţăranul care e mult mai frugivor este în această privinţă mai fericit deşi aerul curat are acolea partea sa, dar rolul de căpetenie îl are tot hrana. *Fireşte că nesănătatea oamenilor vine şi din alte pricini, dar, oricum hrana e hotărâtoare.* Ne putem încredinţà de pe o pildă.

Animalele în grajduri trăesc în condiţii higienice din cele mai grozave, cari ne putem închipuì, sunt silite să respire mereu gazurile balegei şi udului lor, sunt mai totdeauna împiedicate de a umblà slobode. Ar trebuì deci să fie bolnave şi se poate spune că vitele tăiate nu sunt niciodată deplin sănătoase; totuşi cu

toate aceste condiţii nehigienice, nu au atâtea boli ca oamenii, cari pot să se îngrijească mai bine în toate privinţele şi chiar se îngrijesc. Aşà dar, pricina stă numai în hrană.

Am ajuns deci la cel din urmă pas să adeverim prin experienţă încheerile noastre. Două întâmplări se pot face, a căror greutate o vom cercetà. Una e că omul al cărui organism mai superior nu trebue supus la aceleaşi condiţii ca şi celelalte făpturi mai de jos. A doua că, poate, prin întrebuinţarea îndelungată a mâncărei de carne trupul s'a obicinuit cu ea, în înţelesul teoriei lui Darwin.

A doua întâmpinare se desparte în două: întâiu că toţi oamenii s'au deprins cu această hrană şi al doilea că măcar *oamenii vrâstnici* nu s'ar puteà lipsì de ea fără primejdie.

Aceste chestii se pot deslegà numai prin experienţe şi anume prin experienţe la copii. Cercetări s'au făcut destul de multe, şi vă voiu arătà în scurt la ce încheeri s'a ajuns. In mai multe familii s'au hrănit copiii fără carne, şi m'am crezut dator să urmăresc desvoltarea acestora. Pot să mărturisesc desvoltarea acestora. Pot să mărturisesc în conştiinţă că încercarea a avut urmări bune spre cinstea vegetarismului, adică pentru dieta fără carne. Copiii se desvoltă foarte bine la trup şi la suflet şi mai ales la suflet în înţelesul cel mai larg, ca inteligenţă, voinţă şi sentiment.

Trebue să spun încă un cuvânt însemnat despre creşterea imoralităţii, chestia e foarte arzătoare azi; căci ne plângem de nemortalitatea tinerilor. Cine este deci duşmanul moralei? Să întrebăm pe preoţii tuturor religiilor, pe toţi filosofii şi moraliştii şi vom primì veşnic acelaş răspuns: „patimile simţurilor". Se dau osteneli peste seamă de mari să le înăbuşe, dar se întrebuinţează mijloace nefireşti, ca posturi prea aspre, răbdări de sete şi de închideri în mânăstiri, etc. Se înţelege că fără nici un folos. Educatorul trebue, ca

un general bun, dacă vrea să învingă, să împiedice pe dușman dela început a-și pune armata în șir de bătae. Indată ce a reușit de a face ca patimile să nu se desvolte, pe dușmanul moralei l'a alungat. Mijloc puternic este hrănirea copiilor cu mâncări neațâțătoare.

Experiența a adeverit dreptatea celor spuse, și lucrul e atât de însemnat încât nu putem spune prea tare.

Infrânarea patimilor sexuale și liniștea sufletului care o dă, este temelia sigură pentru educația minței. Fiecare psiholog știe că mulțămirea sufletească este foarte prielnică limpezimei în gândire și lucrării minței. Dar această stare se poate căpătà numai prin hrana vegetariană.

Deși aș aveà mare plăcere să mai urmăresc cele spuse, trebue să pun capăt ca să nu vă obosesc.

Să mai aruncăm o ochire asupra experiențelor făcute cu vrâstnici. Sunt și de acestea o mulțime, și noi, reprezentanții sistemului vegetarian suntem dovada acestei experiențe. Ce rezultate am căpeătat se vede din faptul că suntem și am rămas credincioși părtași ai acestui regim, și trebue să vă gândiți că cei mai mulți am ajuns la el din pricina unor *boli grele*. Aceștia suntem bucuroși c'am căpătat sănătatea și nu se poate ca să avem neapărat, și mutre înfloritoare. Unii au reușit să le aibă, alții nu. Teodor Hahn, la vârsta de 29 ani, eră pe marginea mormântului și doctorii hotărîseră că nu are leac, dar prin dietă cumpătată a mai putut trăi 30 de ani. Experiența n'a dovedit răutatea dietei cu carne? Să nu te miri că protivnicii cutează a strigà: „Vezi? A trăit numai 50 de ani!“

Metoda nouă de vindecare fără medicamente și fără operații a găsit că hrana neațâțătoare este cea mai potrivită cu natura și trebuitoare pentru orice cură. Experiența a dovedit că urmările sunt cu atât mai repezi cu cât dieta se ține mai cu asprime, toți acei cari

nu se pot hotărî să se lipsească de oala cu carne şi de spirtoase, vor căpătà mult mai încet vindecarea, fiindcă bagă mereu materii străine în trup, cari trebue mereu depărtate. Nu vor înlătură deci niciodată pricina boalelor.

Se înţelege cei sănătoşi pot da afară materiile străine, deşi munca asta le face rău. Dar cei cari vor să se însănătoşeze au nevoe să dea afară cu toată tăria materiile streine, vechi, nu să mai adaoge altele noui. Asta se poate numai mâncând bucate neaţâţătoare. Regimul amestecat ne explică de ce domnesc azi atâtea boli şi sunt atâţea bolnăvicioşi.

Mă întrebaţi acum hotărât: „Ce să mâncăm şi ce să bem?“ Cât e vorba de băuţură trebue să ne înturnăm iar la observaţii. Afară de om nu găsim nici o făptură care să caute a-şi potolì setea cu altceva de cât cu apă. De însemnat e că animalele caută mai cu seamă apa râurilor ori a izvoarelor, care iese din stâncă, a stat la soare şi curge pe pietriş. Aceasta le place mai bine decât ca din fântâni.

Animalele cari mănâncă mâncări zemoase, beau foarte puţin, şi omului nu-i e sete când mănâncă fructe zemoase.

Dacă simte nevoie să bea, apoi apa e singura băutură potrivită. Apa amestecată cu zeamă de fructe îl îndeamnă să bea mai mult decât trebue, cel puţin când e cu mult zahăr. Cine vrea să se vindece de boli, trebue să bea numai apă, singura băutură lăsată de natură.

Dar ce să mâncăm? Natura ne-a mânat spre fructe şi deci fructele sunt hrana noastră de căpetenie. Toate roadele copacilor, toate cerealele, toate boabele şi toate rădăcinile, cari la gust şi la miros ne plac, ne pot slujì la hrană. Acestea le găsim peste tot pământul şi toate zonele; lipsesc însă în regiunile îngheţate, dar acestea nu sunt menite pentru locuinţa omului şi de aceea oamenii de acolo sunt închirciţi la trup şi cu mintea puţin desvoltată.

Pe cât se poate să mâncăm darurile naturei aşâ cum le găsim, ceeace nu putem totdeauna din pricina dinţilor cari la cei mai mulţi sunt stricaţi. Dar să ne ferim pe cât putem de toate abuzurile şi extractele artificiale, căci orice hrană concentrată e în contra naturei, ea nu ne-o dă nicăeri aşâ. Trebue să ne ferim de sosurile aţâţătoare şi chiar de sare şi zahăr, pe cât se poate.

Gătirea bucatelor e azi mai totdeauna rea. Aruncă de obiceiu apa în care au fiert legumele şi în care a rămas o parte din materiile hrănitoare şi dau legumele din care s'a pierdut cea mai de seamă putere. Nu trebue făcut aşâ.

Vom fierbe toate legumele cu cât mai puţină apă, ori la abur, şi le vom lăsâ apa. Despre bucatele acestei diete vă rog să vedeţi cartea de bucate a lui Eduard Baltzer, tradusă în româneşte [1]).

Ar fi însă o greşală a crede că toate mâncările de acolo sunt bune pentru bolnavi. Cel cu o mână bolnavă nu poate lucrâ normal, tot aşâ stomacul bolnav nu poate mistuî normal. El spune singur ce poate mistuî. Indată ce simţim greaţă, apăsare, vânturi, acrime, ori vre-o neregulă ceva, e semn că am mâncat ori prea mult, ori ceva ce nu trebuiâ. Bolnavul află repede, ce-i prieşte.

La început e bună pâinea de crupe, dacă o amestecăm bine; dacă n'o mai poate suferî, poate să mănânce grâu sfărâmat, căci îl poate înghiţî numai după ce-l mestecă cu bale şi bolnavul nu-i în primejdie să mănânce prea mult. Infrânarea la mâncare este de cea mai mare însemnătate pe lângă dietă. Cea mai potrivită hrană tot strică, îndată ce-i prea multă.

Ca mâncare pentru bolnavi sunt şi crupele de ovăz

---

1) Eduard Baltzer: Carte de bucătărie vegetariană, editura românească a lui Toma Simionescu, Bucureşti, Str. 11 Iunie, Preţul lei 40.

fără nici un sos, ci numai fierte des şi amestecate cu puţin lapte crud şi cu un praf de sare. Laptele trebue mâncat crud şi foarte proaspăt şi să ne încredinţăm dacă nu are vreun miros ori gust rău. Dacă e aşà, nu-i bun pentru hrană. Să nu se creadă că prin fierbere îl putem face mai bun. Laptele fiert e mult mai greu de mistuit, fiindcă începe cu greu a fermentà, iar părţile rele nu le-au depărtat prin fierbere ci sunt ca şi mai înainte în el. Poate anevoie slujì la hrană şi îngraşă fără a da putere. Se pot mâncà la masă fructe proaspete. Pentru a mai schimbà hrana, deşì lucrul nu e neapărat; putem mâncà orez, crupe de orz, grişi, pe cari le însoţim cu legume verzi, conopidă, sparanghel, ori cu fructe uscate în cuptor, mai ales acestea le dau gust plăcut. Omul sănătos ori aproape sănătos, are o mulţime de feluri de bucate în cartea pomenită mai sus, aşà că va vedeà că numai de lipsă nu se poate plânge.

Pentru a împiedecà orice înţelegere rea, vă voiu amintì că cei greu bolnavi şi mai ales cei cari sufer de mistuire rău, trebue să mănânce cele mai simple mâncări, din cele pe cari trebue să le mestece mult, mai ales crupe mari de grâu şi fructe, şi numai după ce se va simţì mai bine, să ţie seamă şi de gustul limbei.

Dar sunt oare plăcute ?

Aud deseori întrebându-mă. De unde vine plăcerea la mâncare ?

Vine dela aţâţarea ce face mâncarea asupra nervilor limbei. Această aţâţare seamănă cu aţâţarea obicinuită şi ne place, dacă se potriveşte aceasta. Indată ce această plăcere e cevà mai mare, dă o simţire deosebită. Dacă o avem mai des, ne obicinuim şi acea plăcere deosebită se pierde. Indată ce ne-am deprins cu plăcerile rafinate, ne dau şi acestea tot atâta cât şi cele de mai înainte, simple, dar cari erau mai puţin costisitoare, când voim să facem cevà plăcut, nu ne ruinăm nervii nici nu-i aţâţăm.

Deci să fie cunoscut în toate cercurile cât de bine cuvântată ar fi o hrană naturală pentru familie şi popor.

Cnm se face pâinea lui Kuhne de crupe de grâu

Pentru a face două pâini mijlocii, ia 2½ pfunzi (aproape un chilo ¼) de crupe de grâu, ori de alte crupe de grâu (la tropice crupe de porumb cu făină de grâu sau crupe de orez), punele într'un vas, toarnă ¾ litru de apă rece şi amestecă bine. Apa rece e mai bună decât cea caldă, fiindcă cu apă caldă fermentează pâinea prea curând, e mai uşoară şi nu atât de hrănitoare şi de gustoasă.

Despărţim aluatul în două părţi de o potrivă, facem dintr'amândouă câte-o pâine lungăreaţă, le punem pe câte-o ţiglă presărată cu făină, netezim pâinea de-asupra cu apă, şi punem ţiglele în cuptor pe câte un ghiveciu de cele pentru flori [1]).

In cuptor nu punem, în acest timp alte oale cu bucate.

La cuptor trebue dat foc bun.

După o jumătate de ceas, în care timp nu trebue deschis cuptorul, înturnăm pâinea cu capul dinainte spre fund.

Peste alt sfert de ceas, ne uităm dacă partea de deasupra e bine coaptă şi o întoarcem cu partea de jos în sus, căci de obiceiu dedesubt e moale.

Pâinea trebue să se coacă până ce bocănită la mijloc cu degetul, sună a gol. Trebue pentru aceasta de obiceiu încă o jumătate de ceas. Atunci ştim bine că pâinea e coaptă şi coaja nu-i prea tare.

---

1) Mai cu seamă pentru cei cari nu au gospodărie am făcu *cuptor de copt pâine*. (Vezi la sfârşitul cărţei anunciul), aşă că fiecare îşi poate coace pâinea singur. Cuptorul se încălzeşte cu lampă de spirt, cum sunt cele dela baia de abur. Cu acesta coacem pâinea în ¾ de ceas şi-i foarte bună.

Cum se face supa de crupe de grâu

Se moae o lingură de supă de crupe cu apă rece până se face un amestec gros. Se toarnă în apă clocotită şi lăsăm să fiarbă la foc domol câteva minute Sare şi unt punem puţin, ori de loc. E foarte bună supa aceasta amestecată cu stafide.

Cum alegem o hrană potrivită cu natura

Dimineaţa. Pâine de crupe şi fructe, ori supă de crupe şi pâine ori crupe de ovăz cu fructe şi pâine. Lapte numai crud.

La amiază. Supa grasă ori mâncări făinoase: orez, griş, crupe de grâu, crupe de ovăz cu apă şi puţin unt, ori cu fructe; ori legume, ca mazăre, fasole, linte, nu trecute prin sită şi fierte des, numai cu apă şi cu puţin tarhon sau magheran ori vre-un zarzavat după anotimp, compot ori fructe proaspete; cu ele pâine de crupe.

Seara. Pâine de crupe şi fructe (fierte ori crude) ori supă de făină fiartă gros ori supă de crupe cu pâine ori fructe.

Câtevâ bucate simple

Varză roşie cu mere. Se taie subţire o varză roşie şi se fierbe cu puţină apă (cam o ceaşcă) până se moae; adăugim 4—6 mere acre tăiate felii cu puţină sare şi unt şi mai fierb înnăbuşit.

Varză albă cu pătlăgele roşii. (Pentru trei persoane). — Se tae ca mai sus o căpăţână de varză şi se fierbe în abur, s'adaugă o ceaşcă de sos de pătlăgele ori după mărime 4—10 pătlăgele proaspete, dată prin sită, puţină sare şi unt vreo şase până la opt cartofi curăţaţi şi tăiaţi felii puşi deasupra. Nu se mai mestică

dar fierb în abur. Plac chiar fără sare şi fără unt. Cine nu are pătlăgele, pune zamă de lămâe.

Spanac cu cartofi. (Pentru trei persoane). — Se alege spanacul şi se spală în mai multe ape; îl tocăm şi-l punem cu puţină apă, puţină sare, şi ceva unt şi câţiva cartofi cruzi. Se fierbe acoperit. Dacă mai are puţină zeamă adăugim crupe de grâu.

Varză verde cu crupe de ovăz. Alegem şi spălăm o varză, tăem bucăţele, o aşezăm la foc cu două ceşte de apă. Indată ce e moale niţel adăugim sare şi puţin unt şi câţiva cartofi, cruzi. Se fierbe în abur. Place şi fără sare şi unt.

Morcovi cu cartofi. (Trei persoane). — Se iau 5—8 morcovi galbeni, se tae lungueţ, se pune la foc cu 1 ceaşcă de apă până la ½. Fierbe acoperit cu sare şi cu unt şi cu 6—8 cartofi cruzi. Place şi fără unt şi sare.

Napi (caralambe) cu cartofi. (Trei persoane). — Tăem lungueţ un nap mare galben în 1—1½ ceaşcă de apă, fierbe acoperit până se moae cu puţină sare şi unt. Se mai adaugă 6—8 cartofi cruzi. Fierbe în abur. Place şi fără sare şi unt.

Această mâncare se poate gătì şi cu morcovii de mai sus. Acest amestec e foarte bun.

Orez cu mere. Luăm ½ fund de orez şi 4—8 mere tăiate felii cu 4 ceşte de apă. Fierb încet până se face amestecul gros. Puţină sare şi unt. Nu e însă neapărat nevoie. Se poate şi fără. (Trei persoane).

Orez budincă simplă. Punem în amestecul de mai sus ¼ fund de stafide, mestecăm, turnăm într'o formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet şi coacem.

Fasole albă cu pătlăgele roşii. Se ia ¼ de kilo fasole albă, se moale de cu seară în apă rece şi a doua zi se pune cu atâta apă ca să le acopere. După ce se moae adăogim o ceaşcă de sos de pătlăgele ori 5—10

Fundul e de ½ de kgr.

pătlăgele trecute prin sită, ceva unt şi sare (plac şi fără acest adaus). Punem să mai stea la cuptor 1—2 ceasuri. Dacă mai are zeamă, punem o lingură de crupe de grâu ca să se îngroaşe. Cui nu-i plac pătlăgele, pune tarhon ori maghiran.

Fasole verde cu mere. Scoatem ţele dela păstăi, rupem bucăţile, punem în apă fierbinte şi pe urmă adăogăm mere acre sau verzi tăiate felii, pătrunjel verde sau ceapă, precum şi puţin unt şi sare. Dacă se moaie păstăile, adăugim puţine crupe de grâu ca să se îngroaşe.

Linte cu prune. Se moae 1/4 kilo de linte de cu seară, cu 30 de prune uscate cu apă cât trebue, fierb până se moae şi numai au zeamă. Puţină sare şi unt dar nu neapărat.

Ciuperci (mânătărci, hribi) cu cartofi. (Pentru trei persoane). — Se tae ciupercile bucăţele, se spală şi se pun cu apă cu pătrunjel verde şi o ceapă să fiarbă înăbuşit. Puţină sare, unt şi două linguri de crupe de grâu. Cartofele le fierbem întregi cu coji, le curăţim şi le tăem felii, le punem de mai fierb şi le ţinem câtva timp calde.

Salată de sfecle. Spălăm sfecla şi o coacem pe o cărămidă; o curăţim, o tăem şi o facem cu zeamă de lămâe.

Salată de lăptuci. Alegem căpăţânele şi le spălăm, cu untdelemn, zeamă de lămâe, nu oţet, după gust şi puţin zahăr.

Salată de cartofi cu mere. Cartofii fierţi îi curăţim şi tăiem felii. Punem untdelemn şi zeamă de lămâe.

Mazăre şi linte în forma cea mai lesne de mistuit. Se moae mazăre şi linte în apă rece de râu, dacă se poate. A doua zi se pune la fiert cu puţină apă. Puţină sare (cât se poate mai puţină, tarhon şi magheran). Fierb împreună până scade aproape toată apa. Astfel lintea şi mazărea îşi păstrează forma şi mai

hrănitoare şi mai lesne de mistuit decât sfărâmate cu unt.

Găluştele de cartofi. (Pentru trei persoane). — Fierbem bine un kilo de cartofi făinoşi; răcim şi curăţim; pe urmă le radem pe răzătoare. Tăem felii două franzeluţe, le rumenim în unt cu ouă, cu cartofi raşi şi cu puţine crupe ori cu altă făină. Facem găluştele cu mâna. Pe urmă le dăm iar prin făină, le fierbem aproape zece minute în apă clocotită. Trebue luat în seamă să nu fiarbă prea mult. Putem să le punem orice sos de fructe sau de ceapă, de unt, de pătrunjel sau hrean.

PARTEA II

Boli de nervi şi bolile minţei. Nesomnul

Pricina unică a bolilor este şi a bolilor de nervi şi de minte. In veacul nostru, care e pe drept numit veacul bolilor nervoase, acestea se înfăţişează în sute de feluri şi chipuri. Se chinue a le da nume, se caută să cunoască pricina acestor suferinţi, ca să le poată îngriji mai bine. Aşà *nervozitatea, neurastenia, nevralgia, ipohondria, isteria, nebunia, boale ale minţei şi paralizia* au ajuns la modă, pe lângă alte boli cari isvorăsc din aceeaşi pricină şi se adaog pe lângă acestea.

Cu înmulţirea acestor fenomene nervoase vin mereu forme nouă, dar la aflarea pricinei acestor boli, nu ne înlesnesc întru nimic formele acestea externe. Dacă însă cercetăm aceste boli numai de pe formele lor externe, nu ne vom face ideie de starea şi pricina lor năuntrică. Bolnavii de nervi au o simţire de care nu-şi dau seamă care le arată că sunt bolnavi fără a găsì pricina, fără a voì să mărturisească.

Vedem că unul e peste seamă de vorbăreţ, altul e peste măsură de tăcut. Alţii sufăr de *nesomn,* unii sunt de o hărnicie nespusă şi neobosită, alţii de-o lene neînvinsă.

Acì găseşti pe unul chinuit de gândul sinuciderii fi-

indcă se simte de prisos şi-i nemulţumit de toată lumea; dincolo un milionar chinuit de grija zilei de mâine, grije de care nu se poate desbără. Alţii sunt cuprinşi de tremur, alţii paralizaţi de tot, ori numai la o parte. Trebue adăogat feluritele feluri, câteodată chiar potrivnice de nebunie, din cari cea mai rea formă e paralizia. Vedem deci că boala turbură mai mult ori mai puţin vieaţa normală a omenirii. Unul din pricina boalei de nervi, nu mai e stăpân pe picioarele sale, altul pe gândire, pe voinţă şi cuvinte. Dacă observăm sute de bolnavi de nervi, abiă de vom găsì doi la cari manifestaţiunile de pe dinafară să fie deopotrivă. Atât de felurite se arată bolile de nervi ! Nu e minune că simptomele n'au dat medicinei bază destulă spre a cunoaşte îndeajuns, a le numì şi a le lecuì. Intrebuinţarea medicamentelor în toate aceste boli n'a putut aduce nici o vindecare, nici îmbunătăţire, afară doar c'au slăbit nervii.

Nu e adevărat că medicamentele lucrează ci trupul singur, ori prin o creştere ori prin o împuţinare de activitate, căutând a da afară materiile stricătoare.

Intr'un caz se vădeşte printr'o creştere de activitate, silinţa vădită, încordarea tuturor puterilor spre a alungà otrava stricătoare. Aşà se întâmplă când luăm medicamentele în cătime mică, şi deci nu obosesc nervii, iar când dăm cătimi mari de medicamente (cum dau allopaţii), se arată semne vădite de paralizarea nervilor. Prin aceasta silinţele trupului (bolile acute) şi simptomele din afară ale suferinţelor cronice se paralizează şi ele. Aşà se explică de ce trec deodată simptomele bolilor şi pe urmă vin iar la tratamentul allopatic. Intâiu se înăbuşe prin amorţirea nevilor, pe urmă, după ce a trecut slăbirea trupului vin, iar dozele mari de otrăvuri medicale, paralizează trupul de moare, în doze mai mici, nu omoară, ci strică organismul întreg.

Cele mai multe boli de nervi se capătă din pricina

medicamentelor date spre a vindecà o boală mai uşoară, cu doze mai mici pare că atâtă trupul.

Trupul caută încordându-şi puterile a se cruţà de otravă şi luptă pentru îndepărtarea acesteia. Dar e numai pregătirea paraliziei, nimic alta.

Cât e vorba despre vindecarea bolilor de nervi, nu se va tăgăduì, şcoala medicală atât de lăudată că e aproape neputincioasă şi neştiutoare în faţa acestora. Ades reprezentanţii ei au spus făţiş că nu pot face nimic. Intr'un caz îndeamnă la schimbarea de aer, în altul distracţii cu călătorii ori ceva asemenea, mijloace nevătămătoare. Deşì sunt de vreun folos trecător, prin ele se dovedeşte lămurit tot cât de puţin cunoaşte şcoala domnitoare pricinele şi rostul acestor boli.

Ceeace n'a putut face şcoala medicală şi apostolii ei, ceeace lor le pare neînţeles, a făcut-o metoda nouă de vindecare fără de medicamente, a adus lumină. Rapoartele mele despre vindecări şi scrisorile de mulţumire dela un număr mic din bolnavii mei pe cari le arăt acì în original, dovedeşte mai limpede decât toate demonstraţiile teoretice şi ştiinţifice. Mă voiu mărginì deci numai la câteva lucruri mai însemnate.

E cunoscut că sunt două feluri de nervi în trup; acei supuşi voinţei şi cei cari nu atârnă de ea şi regulează respiraţia, mistuirea şi circulaţia. Când pretind că toate boalele sunt din pricina încărcării trupului cu materii străine, sunt totdeauna şi boli de nervi, poate cineva se va mirà. De fiecare boală care se desvoltă în noi căpătăm cunoştinţa numai când ne-a stricat ori schimbat lucrarea trupului, sau a sufletului, ori ne aduce dureri.

A fost de mult boală începută, pe care o putem cunoaşte uşor şi sigur cu ajutorul ştiinţei fisionomiei. Ştim, că, dacă nu sunt materii străine în trup nu poate fi boală. Orice încărcare cu materii streine lucrează nu numai stricător asupra organelor dar şi asupra nervilor, cari sunt în legătură cu organele încărcate ori au de regulat feluritele funcţiuni. Simţim durerea

numai când şi nervii s'au îmbolnăvit. Observatorul nebăgător de seamă are în vedere numai nervii supuşi voinţei şi bolile cari ating organe supuse controlului acestor nervi.

Bolile cari schimbă numai respiraţia, mistuirea şi circulaţia se dau pe faţă mai greu şi mai încet. Şi pe acestea tot nervi bolnavi corespunzători ni le aduc la cunoştinţă. Aceşti nervi nu sunt supuşi voinţei lor, dela lucrarea lor atârnă funcţionarea regulată a organelor nesupuse voinţei ca plămânii, inima, stomacul, rinichii, maţele, băşica, etc. Niciodată nu simţim o boală a mistuirii, a rinichilor, băşicei, plămânilor, stomachului fără ca să fie şi acestea încărcate cu materii streine, şi activitatea lor împiedicată. Fiecare suferinţă a organelor pomenite mai sus cuprinde într'însa şi o suferinţă a nervilor aşă că nu poate fi suferinţă a mistuirii fără a nervilor acesteia.

După cum am spus mai sus, o mistuire normală este cea dintâiu condiţie pentru sănătatea trupului.

Toate maferiile străine cari sunt în trup şi nu sunt prin moştenire, vin prin mistuire. Trebuie deci ca fiecare boală şi deci şi toate bolile de nervi să le punem pe seama unei rele mistuiri şi a moştenirii. Dar aceasta este şi pricina tuturor bolilor.

Când trupul are destulă putere de vieaţă, cearcă printr'o boală acut, să scape de materiile streine. Dar când puterea de vieaţă nu e de ajuns, vin acele boli cronice cari nu se mai sfârşesc, ci îşi schimbă forma şi la urmă se prefac în boli de nervi şi de minte. Bolile de nervi sunt suferinţi cronice trupeşti, însoţească-le orice fenomene externe.

Ca şi la celelalte boli, observăm şi la cele de nervi. răceală ori urcare de temperatură, căldură. Amândouă sunt urmările unei stări de friguri înlăuntrul trupului. Ajungem la aceeaşi încheere însemnată că toate bolile de nervi sunt friguri cronice năuntrice. Dacă bolile de nervi au aceiaşi pricină ca şi vărsatul, pojarul, scarlatina, difteria, sifilisul, etc., trebue şi aceleaşi mijloa-

ce a căutà boala cu folos, deci a o lecuì. Şi în adevăr aşà e. Am cercat în practica mea la sute şi mii de cazuri. Dovezile le aduc în partea a patra a acestei cărţi.

Acum avem temelie sigură pentru aflarea şi vindecarea tuturor bolilor de nervi. Numai suntem aşà de neştiutori şi de neputincioşi ca şcoala medicală modernă, ci cunoscând pricina, suntem gata a da ajutor, bine încredinţaţi în izbândă.

Privind din punctul meu de vedere armata de boli, cu despărţiturile şi secţiile ei, vom puteà nimerì cum să lucrăm, căci cunoaştem pricina tuturor. Se întâmplă întocmai ca şi cu o armată, pe care numai acel general o duce la biruinţă care cunoaşte toată firea şi legătura întregei armate. Cine nu cunoaşte înlănţuirea, acela va aveà numai pierderi. Aşà e cu specialiştii şcoalei moderne. *Specialiştii ştiinţei medicale vor duce neapărat la ruină această ştiinţă,* şi la o neîncredere în ea. Căci, cum să lucreze un specialist la progresul ştiinţei, când el nesocoteşte legile organismului întreg şi se îndeletniceşte numai cu o parte fără a ţineà seamă de legăturile acestea cu întregul?

Toate specialităţile ştiinţei medicale ni se pare un lucru ce numai are rost de-a fi, o parte ruptă din totul, care, despărţită din împărăţia întreagă a ştiinţei împiedică orice privire asupra întregului. Numai cel care cuprinde întregul, numai cel care înţelege natura ca pe un întreg nedespărţit şi se sileşte a o cunoaşte aşà, ştie, s'o judece în toate fenomenele, şi să se folosească de legile ei.

De câte ori ne arată natura una şi aceeaşi materie în forme felurite şi neasemănătoare pricinuite numai de feluritele temperaturi.

Amintesc cum vedem apa când sub o formă de negură, când în chip de nouri ori aburi. Schimbarea de temperatură pricinueşte stările, dar mereu aceeaşi materie, o vedem sub forme felurite. Şi în privinţa diagnozei medicina e tot atât de neputincioasă ca şi în a

vindecării, aşà că şcoala medicală în multe cazuri nu cunoaşte boala de nervi. Câţi bolnavi de nervi au fost în tratarea mea, cari căutaseră pretutindeni vindecarea înnainte de-a venì la mine? Toţi aceştia erau mărturie vie de neputinţa şcoalei medicală în aeaastă privinţă. Mai mult, li se ziceà că sunt sănătoşi, că boala lor e o închipuire; pe când eu cu ştiinţa fizionomiei găseam că sunt încărcaţi cu materii streine. Toţi bolnavii mei de nervi au simţit şi mi-au spus cu ce repeziciune neaşteptată li s'a îmbunătăţit starea prin căutarea mea, şi cum această îmbunătăţire s'a făcut prin darea afară a materiilor streine. Cine a observat aceste dări afară şi a simţit îmbunătăţirea, acela nu se îndoeşte nu numai despre dreptatea diagnozei mele dar nici de puterea metodei mele de vindecare. Metoda mea de cercetare asigură pentru viitor celora ce se ţin de ea o întâetate. Se poate cunoaşte cu siguranţă orice boală de nervi, înainte măcar să fie de gândit la ceva arătări în afară anume, toţi cei cu încărcarea spetelor sunţ bolnavi de nervi, despre aceasta vedeţi în cartea mea despre ştiinţa fizionomiei [1]).

Bolile minţei. — In acelaş chip se află şi se cunosc înspăimântătoarele boli ale minţei.

Şi pricina acestora e necunoscută şcoalei moderne. Nu cauzele pretinse de dânsa aduc nebunia creerului, ci în toate aceste cazuri numai încărcarea în timp de ani de zile a omului cu materii streine, se arată sub formă de boală a minţei numită în ştiinţă paralizie progresivă, care în cele mai multe cazuri în stadiul din urmă nu se poate vindecà după cum am spus înainte,

1) Vezi: Louis Kuhne, Stiinţa Fizionomiei. Cartea despre o nouă metodă de cercetare pentru cunoaşterea bolilor, lucrată pd baza propriilor mele cercetări şi descoperiri. Cu ilustraţii multe în text. Publicată nemţeşte, englezeşte, spanioleşte, svedieneşte, daneza, româneşte şi teluga indiană locală. Preţul ediţiei nemţeşti, Lei 7,50 legată elegant 8,75. Editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz, 15/24. Preţul ediţiei române, Lei 50, legată elegant Lei 120. Editura lui Dr. Toma Simionescu. Bucureşti str. 11 Iunie, 7.

această încărcare rea şi înceată vine numai din pricina mistuirii rele, urmată de o vieaţă în contra naturei. De sigur că nu toţi oamenii se îmbolnăvesc din pricina acestei vieţi necumpătate. Totul atârnă dela gradul şi mersul încărcării. Bolile minţei vin numai la cei încărcaţi tare, şi numai când din pricina încărcării spatelui suferă şi capul. Mai pe larg vezi cartea mea despre ştiinţa fizionomiei. Civilizaţia e într'atâta de vină la înmulţirea bolilor minţei întrucât sileşte pe oameni a se depărtă dela natură şi dela legile ei neschimbătoare. Vina aceasta e mult mai mare decât crede şcoala modernă şi trebue pusă în mare parte pe seama sfaturilor şi părerilor greşite. Aşă, au ajuns să creadă că e nesănătos a bea apă, ci în locul acesteia beau bere, vin, alcool şi apă cu acid carbonic şi minerală. Bărbaţii din pricina tutunului se prefac în coşuri de fum; iar din pricina berei în adevărate butoae. Nici o minune dacă nervii trebue să fie mereu aţâţaţi. La aceasta se mai adaugă şi starea în camere închise ori în fabrici prea cu mulţi oameni.

E fapt cunoscut că la ţară unde oamenii trăesc mai aproape de legile naturei şi lucrează mai la aer liber, unde relele civilizaţiei şi poveţele în potriva sănătăţii n'au pătruns încă, bolile minţii sunt încă mosafir aproape necunoscut. Se găseşte mai ales la copiii beţivilor. In asemenea caz, copilul moşteneşte o încărcare care duce la boală a minţei sau la alte boli grele, deoarece copilul este o copie credincioasă a trupului părinţilor.

Din pricina băuturilor alcoolice, trupul se încarcă cu atâta muncă de mistuire, că nu-i mai rămâne vreme pentru altă lucrare. Se înţelege toată osteneala şi somnul nefiresc al beţivilor, câtă vreme stomachul are de mistuit nişte lucruri atât de în contra naturei. Apăsarea gazurilor ce se desvoltă în trup în vremea acestei mistuiri, asupra creerului pricineşte întunecarea minţei.

Un copil zeflemist în stare de beţie ori după beţie

va fi bolnav de nervi, dacă nu se prăpădeşte mai înainte din slăbiciune.

Ori cum ar fi boala minţei moştenite ori căpătate, pricina e aceeaşi, o mistuire proastă. Deci orice boală a minţei vine din partea de jos a burtei.

Cu cât omul trăeşte mai simplu şi mai potrivit cu natura, cu atât mai sănătos şi mai fericit se va simţi. Aceasta limpezeşte de ce Negrii în timpul robiei în care erau siliţi a trăi simplu şi măsurat, şi a munci cu hărnicie, nu erau bolnavi de nervi. Această boală a început la ei odată cu libertatea şi cu pretenţiile mari dela vieaţă, între cari şi otrăvile culturei moderne.

E cunoscut că femeile sufer mai puţin de bolile minţei decât bărbaţii. Pricina e că dânsele trăesc mult mai cumpătat decât bărbaţii, nu obicinuesc tutun, şi nu beau prea multe băuturi alcoolice. Femeile bolnave de nervi sunt mai toate din pricina unei încurcături moştenite.

Observăm la multe boli de nervi, că înainte de izbucnirea lor şi mai târziu, chiar o activitate deosebită a minţei şi-a trupului, ori s'arată talente deosebite, un fenomen neexplicabil de şcoala modernă.

Incărcarea neîncetată şi în deosebi a creerului cu materii străine face în cursul anilor, apăsare din ce în ce mai mare asupra creerilor şi deci asupra nervilor centrali, pricinuind o activitate la început mai mare, dar niciodată normală. Aceasta s'arată într'o mulţime de feluri, cum am spus la bolile de nervi. Mintea şi trupul n'au odihnă şi aleargă dela o daravelă la alta, fără a găsi mulţumire.

Această silinţă se arată mai ales în vremea vârstei de şcoală, care nu ţine la vârsta bărbăţiei. De aceea copii, minune, rareori ajung ceva când sunt mari.

Sunt aplecaţi spre bolile minţei toţi acei cari au mai ales încărcarea spetelor, încărcare care atacă foarte tare nervii marelui simpatic, mai ales dacă trupul nu se curăţă de materiile străine prin vreo boală acută. Capătă din pricina frigurilor ascunse, o stare de boală

care zbucneşte ca boală a minţei. Se ştie că şi la boli acute se întâmplă boli de minte, inconştienţă, aiurare, etc. Asemenea turburări vin, dar trec îndată ce nu mai e apăsare prea mare, ori de loc a materiilor bolnave. Pe de altă parte, s'a observat şi la nebuni răstimpuri mai lungi ori mai scurte de lumină a minţei, când apăsarea materiilor străine e mai mică. Indată ce vine iar apăsare mai mare pier îndată clipele luminoase.

Paralizia progresivă e o stare mai înaintată a boalei minţei. In presa şcoalei medicale se spune că paralizia progresivă bântuie mai ales pe bărbaţii cei mai „cu putere", dovadă cât de puţin cunoaşte şcoala medicală starea adevărată de sănătate. Noi am făcut un pas mai departe; ştim că o boală atât de grea ca paralizia progresivă, nu poate veni aşă deodată şi că prin ştiinţa fizionomiei ar fi văzut-o de mult! E de neînchipuit că oamenii cei mai sănătoşi să cadă dintr'odată într'o boală a minţei.

Pentru a vindecà bolile de minte, trebuie să îndreptăm încărcarea care le face. Adesea s'au vindecat bolnavi de minte cu metoda mea. Toţi sunt cea mai bună dovadă pentru cele spuse de mine! Dau acì următoarea mărturie din practica mea.

Venì la ceasul meu de consultaţie o fată de 23 ani, împreună cu părinţii. Sufereà de ani de zile de boala minţei. Părinţii mă întrebară dacă pot face ceva pentru bolnava care le pricinuià mult chin şi grijă.

Felul de încărcare cu materii străine îmi dădu nădejde, şi am putut îndemnà pe părinţi cel puţin să încerce tratamentul meu. Bolnava erà în aşà stare, că nu puteà face băi şi trebuià să i le facă mumă-sa.

Numai după patru săptămâni i se îmbunătăţise într'atâta starea încât puteà să-şi facă singură băile şi nu se mai murdăreà. Intr'o jumătate de an, bolnava se făcu sănătoasă.

Această vindecare repede a fost cu putinţă fiindcă bolnava erà nu tocmai primejdios încărcată cu ma-

terii streine şi s'a îmbunătăţit repede şi mistuirea. Căutarea a fost cu atât mai uşoară, cu cât bolnava nu erà furioasă, ci mai mult nepăsătoare şi închisă în sine.

Dacă încărcarea e grea ori starea bolnavului aşà că nu se poate căutà, cu metoda mea, atunci, aproape sigur, că nu se poate vindecà. Am avut multe cazuri, când bolnavii nici nu voiau să audă de băi de şezut cu frecături. E cu bolnavii de nervi ca şi cu tuberculoşii, boala lor e faza din urmă a unei stări rele, deci trebuie îndepărtate materiile fără nici o zăbavă.

Altădată erà cu neputinţă fiindcă nu se cunoşteau mijloacele, vedeau boala, când erà prea târziu ca s'o mai vindece; azi, avem un mijloc care nu dă greş, cunoaştem boala cu ani înainte şi putem depărtà cu siguranţă asemenea boli. Acest mijloc este ştiinţa fizionomiei.

E vorba de un caz greu de paralizie progresivă, din pricina sifilisului.

Bolnavul sufereà de mai mulţi ani de mistuire proastă. Boala se înrăutăţeà din zi în zi din pricina ocupaţiilor prea obositoare pentru mintea lui. In 1892 s'a dus la băile din W., şi după sfatul doctorilor, a băut multă apă foarte minerală. Acest lucru i-a făcut rău, încât boala începu a fi îngrijitoare rău. Numai ştia ce vorbeà.

Au consultat patru doctori, cei mai însemnaţi din B. După un consult lung au hotărât să-i dea frecături cu mercur. Le-a făcut numai de două ori. Starea bolnavului erà aşà de rea că d-nul R., bolnavul, repetà întrebările doctorului în loc să răspundă. După ce se pierduse orice nădejde de vindecare, l-au adus la Viena, ca să consulte acolo pe cel mai bun doctor de asemenea boli. Cercetarea a găsit că bolnavul sufere de „Antrophia cereberi“ (atrofia creerului), din pricina sifilisului, Paralysys progressiva, şi că va trebuì închis în curând în casa de nebuni. Deşì doctorii nu credeau

că se poate vindecà, totuşi i-au dat iod, iar pe urmă au zis să nu-l mai ia.

După sfatul unui prieten, familia a adus pe bolnav la Lipsca să facă şi prin cura mea încercarea de „pe urmă". La începutul curei, bolnavul nu vorbeà nici un cuvânt, erà mai mult nepăsător, nu pricepeà nimic ce i se spuneà şi nu erà stăpân pe nevoile lui firești, trupul fiind fără de voinţă. Băile de şezut cu frecături şi dieta naturală i-au adus îmbunătăţire şi peste trei zile de cură, mistuirea erà mai bună. In opt zile, bolnavul îşi venì în simţire şi începu a vorbì. De aci înainte îmbunătăţirea merse mereu înainte aşà că, după opt săptămâni de cură, se vindecă deplin şi nu mai aveà nici urmă de paralizie progresivă.

Aceste două vindecări dovedesc strălucit unitatea pricinei bolilor. Dacă boala minţei n'ar aveà aceeaş pricină ca şi bolile celelalte, niciodată nu s'ar fi vindecat prin aceleaşi mijloace, cari au adus vindecarea desăvârşită în aceste boli.

Boli de plămâni. Aprinderea plămânilor. Oftica. Astma. Lupus.

Această înspăimântătoare molimă, care bântuie ingrozitor omenirea şi face jertfe la toate vârstele şi treptele sociale, boala de plămâni, tuberculoza, aduce şi ştiinţei medicale mari greutăţi şi pe cât se pare, nu-i dă de leac.

Nici o boală nu-i azi atât de lăţită ca tuberculoza, în toate formele şi stadiile ei! Fenomenele exterioare ale acestei înspăimântătoare boli sunt atât de felurite încât greu se potrivesc. Un bolnav de plămâni se plânge de respiraţia grea, astma; altul se vaită de *durere de cap* al treilea de mistuire rea; al patrulea nu presupune nimic până aproape de sfârşit, când îl apucă deodată o aprindere de plămâni; al cincilea, de asemenea nu observă nimic până ce, deodată îl apucă un „atac galopant" care-l duce în mormânt; al şaselea sufere, după părerea lui, de caria oaselor, fără să creadă că-i tuberculos. Mulţi bolnavi de plămâni au dureri la umeri. Voiu explică mai târziu pricinile acestor dureri. Alţii au dureri de ochi, de urechi, de răni la picioare şi la şolduri, de lupus, de cataruri rele ori picingeni urâte, cari înşeală în privinţa adevăratei pricini a acestei boli, pe cei cari nu cunosc ştiinţa fizionomiei.

Bolnavii de plămâni stau toţi, mai mult ori mai pu-

ţin, cu gura deschisă [1]), în timpul zilei, cât şi al somnului, pentru a răsuflà mai repede, fiindcă fierbinţeala din lăuntru cere să fie mereu răcorită cu aer proaspăt.

Plămânii au menirea de-a curăţà cu aer proaspăt sângele, care vine în ei, dacă nu se poate face această curăţire a sângelui din pricina materiilor străine din plămâni, acestea s'adună tot mai mult şi se înmulţesc. Plămânii sunt cei mai încărcaţi, fiindcă mai totul se petrece acì. Urmarea e că tot sângele e nenormal, înnăuntrul trupului se face fierbinţeală nenormală. Prin această fierbinţeală ajung pămânii într'o stare de cangrenire, de aprindere cronică. Această stare preface plămânii într'o ţesătură cangrenoasă, care se dă afară, în parte, prin tuse.

Cu dreptul domneşte azi frică nemărginită de bolile de plămâni, căci şcoala medicală oficială le cunoaşte numai după ce ajung plămânii aproape stricaţi. Abia atunci au mijloc de cunoscut prin percutare şi ascultaţie, dar, nu mai sunt mijloace de vindecare.

Ce mai metodă de aflat boala! Este în adevăr dureros că boala plămânilor rămâne ani de zile necunoscută, fiindcă diagnoza pentru cunoaşterea ei nu e de ajuns de bună.

E tot aşà de cu neputinţă a vindecà prin vestita tuberculină plămânii stricaţi, ca şi prin metoda chirurgicală, cercată de curând de a depărtà cavernele.

Nu este nici un chip de a face să dea îndărăt procesul de stricare din plămâni, decât doar făcând să dea îndărăt pe încetul acest act de distrugere care s'a pregătit ani de zile. Prin metoda mea am reuşit să-l fac să dea îndărăt. Lucrul cel mai însemnat la boala

---

1) Vezi: *Louis Kuhne, sunt sănătos ori bolnav?* O cercetare şi sfătuitor pentru ori cine, a 16 ediţie germană, tradusă în englezeşte, franţuzeşte, româneşte, spaniolеşte, portughezeşte, olandeşte, italieneşte, daneşte, ungureşte, telugu. Preţul 65 bani, editura Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Preţul ediţiei a III româneşte 10 lei. Editura lui Dr. Toma Simionescu, Bucureşti, str. 11 Iunie, 7.

de plămâni este tocmai a *cunoaşte la vreme starea acestora,* cu ani de zile înainte, încă din copilărie, ceeace se poate prin ştiinţa fizionomiei. Pentru aceasta este cercetarea nouă, cunoaşterea bolilor de plămâni, de cea mai mare însemnătate.

Neapărat, pentru şcoala medicală e aproape tot aşà de nefolositoare această cunoaştere timpurie, fiindcă ea nici în starea începătoare, nici în cea înaintată nu are leac adevărat pentru tuberculoză. In starea dela început a boalei sunt cazuri când cel mai deştept bolnav nu are cea mai mică idee dacă e bolnav. Şi-i foarte greu a convinge asemenea bolnavi că au boală de plămâni. Mi s'a întâmplat ca să spun unei fete tinere şi frumoase, care erà în slujbă la mine, că-i atinsă primejdios la plămâni şi că ar trebuì să facă numai decât cura mea, că altfel o să moară până într'un an. Fata supărată m'a încredinţat că-i sănătoasă tun şi că nu-i trebuie nici o cură. Am tăcut, şi peste patru luni am aflat de moartea ei. Incăodată s'a adeverit, din nenorocire, spusa mea. Peste trei luni se îmbolnăvise, şi a zăcut patru săptămâni de atac galopant.

După aceste lămuriri, putem înţelege pricina bolilor de plămâni. Aceste boli sunt toate stările din urmă ale altor simptome de boli, nu în adevăr vindecate, ci mai mult înăbuşite. Intâiu vin din bolile organelor sexuale, de-adreptul sau nu, ori ca moştenire a încărcării. Aceste materii străine ajung la o stare cronică şi se arată la copii sub formă de scrofule ori tuberculoză, căci copiii sunt doar rodul trupului întreg, adică o chintezenţă, care are tocmai aceleaşi însuşiri ca şi insul bolnav.

Am observat că scrofuloza, mai târziu, se preface în tuberculoză, aşà că întâia e adesea o trecere spre cea de a doua. Se mai vede de acì că trupul tânăr are la început destulă putere de vieaţă şi dă afară materiile bolnave şi apără organele nobile, dar pe urmă, înce-încet pierde această putere şi din pricina materiilor străine cari se aşează mereu în organele năun-

trice, se ajunge la tuberculoză. *E cu desăvârşire neadevărat că un om deplin sănătos, încărcându-se cu materii străine, cu cât de mulţi baccili, să se îmbolnăvească deodată de tuberculoză.* Pentru desvoltarea tuberculozei trebuie temperatură ridicată, pentru că numai la aşà temperatură se pot desvoltà bacilii tuberculozei.

Asemenea temperaturi anormale sunt numai la cei cari moştenesc asemenea încărcare, ori când cineva trăeşte cu totul protivnic naturei, încât tot organismul se ruinează, în puţină vreme.

Lucrul de căpetenie e a înţelege bine că toate bolile de plămâni, ca şi celelalte boli îşi au izvorul în pântece, adică într'o mistuire slăbită. Se poate ca uneori să fie pricină de moştenire, dar nu trebue să credem că ar fi o încărcare de-adreptul a plămânilor, ci mai mult o slăbiciune, în legătură cu toate organele din lăuntru, şi plămânii fiind mai delicaţi, nu au destulă putere, nu pot da afară îndestul materiile străine, şi de aceea se aşează mai ales acì, căci găsesc mai puţină împotrivire. De aceea este însemnat lucru pentru cei cari au moşteniri spre oftică, să se ferească de orice încărcare a trupului, cu materii străine.

Pricina care face pe maimuţele dela tropice să piara de oftică în grădinile noastre zoologice, este schimbarea hranei şi turburarea mistuirii. Tot aceasta pricinueşte şi acì îmbolnăvirea de oftică. Clima mai rece pe care se dă toată vina, ajută doar atâta că la temperatură mică, fermentaţia şi mistuirea se face mai încet, mai ales când animalele nu pot aveà hrana hotărâtă dela natură. Lucrează împreună doui factori împotriva sănătăţii lor. Adesea am observat maimuţe la felurite stadii ale boalei, după vremea de când erau aduse, şi am putut să fac diagnoza sigură, cum la început erà numai mistuirea nenormală, înainte de a le apucà alte boli. La noi, oamenii sunt tocmai aşà, numai că temperatura nu ni-i atât de neprielnică, aşà că

avem aface numai cu o hrană şi c'un fel de traiu nepotrivit.

Adesea am observat la atacaţi că trupul nu se poate hrăni nici cu cele mai alese mâncări, şi din pricina căldurii năuntrice, se usucă.

Cele mai artistice mâncări, şi mai concentrate nu sunt pentru hrană preţioase, ci puterea de-a mistui este unică şi singură de preţ spre a păstrà organizmul. Dar cât e de felurită această putere de mistuire, ştie bine cel care a avut mult aface cu bolnavi. Dacă este în trup încărcare cu materii străine, plămânii, din pricina mărimii şi întinderi lor, sunt în primejdie fiindcă materia străină care merge la cap, trebuie să ia drumul mai ales prin plămâni, dacă plămânii sunt din astă pricină tare încărcaţi, atunci materiile străine se aşează în ei, în loc să meargă spre cap ca mai înainte.

Intâiul loc de stricare sunt capetele de sus ale plămânilor cari sufer întâiu şi întâiu.

Aceasta vine de acolo, că materiile străine aflătoare în trup, în prefacerea sau dospirea lor, caută să se urce în sus. Capetele plămânilor se isprăvesc, cum se ştie, la umere; când produsele ei de fermentare se urcă în sus, acolo le opresc umerii şi nu pot merge mai departe, de aceea capetele plămânilor sufer cele dintâiu. Iată deci pricina durerilor la umeri şi a junghiurilor ce simt atacaţii, câtă vreme plămânii nu le sunt încă stricaţi de tot.

După aceste deslusiri voiu trece la lămurirea nodurilor tuberculoase. Formarea tuberculelor se întâmplă în acelaş chip ca la hemoroizi (trânji), la noduri canceroase şi la toate celelalte noduri până la cele mai mici bubuşoare cari se fac pe trup. Pentru a descrie mai pe larg formarea acestora, trebuie să pătrundem mai adânc.

Am amintit înainte, că un trup sănătos are mereu pielea umedă şi caldă: bolnavii cronici o au uscată şi nelucrătoare. In cazul întâiu trupul se află în toată

puterea lui de viaţă şi dă afară toate materiile vătămătoare; într'a doua nu. Rămân deci în el o mulţime de materii, menite a fi depărtate şi fac să fie omul împins spre boală. S'a observat de multe ori că unii oameni, la anumite vremuri ale anului, fac regulat umflături (buboaie) în piele, mai ales la şezut, la gât sau la mâini. Inainte de asta au greutate în tot trupul, de care se mântue numai după ce sparge buboiul.

După ce isprăveşte buboiul, se simte, cel ce l-a avut, ca născut din nou ori cel puţin mai uşor şi mai întinerit. Să urmărim acest lucru mai departe şi anume să căutăm obârşia acestor buboaie. Vedem întâiu, că unde are să se facă un buboiu, cu zile şi săptămâni înainte, locul e învârtoşat, şi, pe încetul, începe a se înroşi. Se măreşte învârtoşarea şi se tot umflă, aşă că la urmă se face un nod tare în piele, cu dureri şi, din ce în ce mai aprins şi mai roş. Din toate părţile sunt împingeri spre aceste noduri, din care pricină e dureros mai ales la mişcare. Când umflătura a ajuns cel mai înnalt grad, învârtoşarea se moaie din toate părţile, până se deschide şi se deşartă. Prin formarea acestui buboiu, materiile bolnave au eşit afară din trup deadreptul. Acest fapt e deci o alungare din trup a materiilor străine. E întrebare, de ce nu găsim acest lucru la oricine? Am spus mai sus că prin asudare se face acelaş lucru. La unii e; la alţii nu.

Lucrul atârnă cât de mare e puterea de vieaţă. Unde este multă putere de vieaţă, în trup şi, când materiile străine nu se pot da afară toate pe căile naturale, se fac buboaie în piele.

Dacă trupul nu are atât de mare putere de vieaţă ca să poată da naştere la asemenea crize, fie că e slăbit prin medicamente, ori dacă a slăbit în timpul crizei, ori dacă e secătuit prin o vieaţă nefirească, atunci trupul nu poate da afară materiile străine nici a le depărtă prin buboae. Tot se fac adunări şi se învârtoşează unele locuri, dar nu sunt dureroase, criza rămâne neisprăvită şi, în loc de un buboiu, avem un nod.

Acesta e deci un buboiu *nedesvoltat ori o cătime de materie bolnavă închisă,* uneori. Dacă mai are trupul ceva putere de vieaţă tot le mai aduce până la piele. Le putem vedeà la gât şi în multe alte locuri, câte mai multe la un loc. Cei ce nu au destulă putere de vieaţă ca să ducă lucrul atât de departe, fac asemenea noduri şi înăuntrul trupului, emoroizi şi cancer. Dacă putem prin vreun mijloc oarecare să sporim puterea vieţii în trup, vom aveà şi o schimbare la aceste noduri. Şi mai înainte au observat la cura cu apă, făcându-se umflături numeroase. Prin această căutare se sporeşte puterea de vieaţă a trupului, cum face şi metoda de căutare naturală veche, deci trupul poate duce mai departe lucrarea de curăţare neisprăvită şi face buboae.

Noi avem mijloace şi mai nimerite pentru a ridicà şi mai mult puterea de vieaţă a trupului, de aceea izbutim deadreptul a împrăştià şi topì aceste noduri. Dacă depărtăm destul de repede aceste materii prin organele de dare afară, cum putem prin băile de şezut cu frecături şi totodată numai băgăm prin hrană în trup alte materii străine, atunci nu se maii fac alte umflături în piele, ci nodurile se topesc înlăuntru, întocmai cum s'au format. Prin căutarea veche cu băi izbuteau de asemenea să topească nodurile, dar nu depărtau cu plan materiile străine şi de aceea se făceau buboae şi coşuri, numai când trupul mai aveà destulă putere să lucreze, cari prin metoda mea, nu se fac. Am reuşit să depărtez materiile străine pe căi naturale şi sigure. Am văzut deci că nodurile tuberculoase sunt umflături nedesvoltate cari au aceiaş pricină ca şi toate nodurile din trup. Dacă nodurile se găsesc la unii ici, la alţii dincolo, lucrul atârnă de felul încărcării.

Acuma, după ce cunoaştem pricina adevărată a tuturor nodurilor şi acelor tuberculoase, ştim şi calea vindecării. Vom zice acuma că tăierea nodurilor, cum face şcoala medicală, este mijlocul cel mai protivnic vindecării.

Se îndepărtează numai pricina pe dinafară, dar niciodată pricina nodurilor. Aceste noduri se pot vindecă numai prin întărirea puterii de vieaţă prin care trupul ajunge în stare să depărteze nodurile.

Printr'o însuşire a puterii de vieaţă şi prin condiţiile vieţei, aceste noduri, chiar când sunt calcaroase, pot să dea îndărăt pe aceeaşi cale pe care s'au format şi să dea afară din trup. Asta se face prin căutarea mea, urmată ani de zile.

Materiile fermentătoare nu iau totdeauna aceeaşi cale, de aceea se întâmplă că la unii sufăr întâiu vârfurile plămânilor, la alţii mijlocul ori partea dinainte şi se pricinueşte astmă, catar ori aprinderea bronhiilor. O aprindere a acestora se întâmplă mai ales la bolnavii cronici de plămâni.

Deosebite boli cronice de plămâni duc la aprindere acută, precum:

Aprinderea de plămâni şi pleurezia. — Acestea sunt crize vindecătoare, în cari trupul lucrează să dea afară materiile străine. Dacă nu ştii cum să le cauţi, duc repede la moarte. Cu metoda mea aceste friguri fierbinţi sunt aproape sigur neprimejdioase. Prin întrebuinţarea băilor de şezut cu frecături avem putere asupra boalei, încât mai nu-i primejdioasă organismului. Vindecarea acestor crize acute e nemai închipuit de repede.

Pentru a le înţelege mai bine, voiu aduce un caz din practica mea. Intr'o zi m'au chemat la o familie unde eră o fată de 9 ani, bolnavă greu de aprindere de plămâni. Doctorul de casă o căutase timp de două luni cu creozot, fără să-i folosească nimic şi-i stricase cu această otravă până într'atâta mistuirea, încât părinţii se aşteptau să le moară fata curând. M'au adus în cele de pe urmă. Am spus părinţilor, dacă vor încetă cu medicamentele doctorului şi vor urmă cura mea, în scurt timp va fi îmbunătăţită. Şi aşă s'a şi întâmplat. Chiar a doua zi după cură, s'a văzut îmbunătăţire, iar peste opt zile, fata a fost în afară de orice primejdie.

In câteva săptămâni puteă să umble pe afară. Dacă ar fi făcut dela început cura mea şi nu după două luni de căutare cu creozot, vindecarea s'ar fi făcut deplin în câteva săptămâni.

La toate suferinţele de plămâni, observăm înlăuntrul lor temperatură înaltă. In plămâni se întâmplă o descompunere a aerului atmosferic. Când tragem aerul în plămâni, şi apoi îl dăm afară, plămânii descompun aerul (în oxigen şi azot), oxigenul rămâne parte în trup, iar azotul împreună cu materiile bolnave ale trupului se dau afară. Aşă se face în plămâni compunere, descompunere, ardere neîncetată, pentru a cărei explicare i-a trebuit foarte mult timp şi osteneală chimiei. In plămâni sunt, din pricina aceasta, ridicări de temperatură, sunt şi mai mari când aceştia sunt încărcaţi ori fermentează materiile străine.

Am spus că baccilii sunt productele fermentării materiilor străine din trup şi puterea lor de desvoltare e după felul lor la altă temperatură. Fiindcă tuberculoza e însoţită de călduri mari, de aceea acestea sunt, se vede, prielnice baccililor.

Ştie atâta şi şcoala medicală, dar nu se foloseşte, deşi caută mereu leacuri nefireşti împotriva baccililor, înşelându-se asupra naturei acestora.

Şcoala modernă se sileşte a arătă că orice boală are pricină un baccil. Uită cu desăvârşire că, după cum aceeaş plantă în felurite climate se desvoltă felurit, după cum aceleaşi păsări în felurite climate sunt felurite, tot aşă şi toţi baccilii, la deosebite temperaturi şi clime, sunt deosebiţi.

Celor cari au urmat cu luarea aminte explicaţiile mele, le va fi lesne a găsi drumul vindecării bolilor de plămâni. Trebue să regulăm temperatura lăuntrică anormală, să sporim puterea de vieaţă, până ce va face trupul să fie deplin regulat şi normal. Pentru a ajunge la acest scop, pe lângă dieta mea, singură în stare să reguleze trebuie întrebuinţate şi băile de şezut cu frecături. Cel mai greu lucru e a luă băile cu regula

cuvenită. Temperaturile prea urcate ale trupului nu le putem coborî pe mult timp, de aceea trebuie potrivit lungimea şi şirul băilor după starea bolnavului. Acest lucru îl poate face numai vreunul din şcolarii mei, fiindcă trebuie multă pătrundere a metodei. E bine să stea bolnavul cât mai mult la aer cu soare. Mai cu seamă sunt însemnate în toate bolile de plămâni băile de soare, când vremea e potrivită.

Cât despre injecţia cu tuberculină o resping. Lucrarea ei se vede. Otrava ce dăm bolnavului, lucrează asupra materiilor străine, ca şi fermentul asupra aluatului, făcând fermentare. Se poate deci întâmplă o schimbare în starea de fermentare a materiilor străine, care vădit să fie legată cu altă temperatură lăuntrică. Urmarea e că baccilul tuberculozei care s'ar fi putut desvoltà numai în temperatura dinainte, trece într'o stare care se crede că e nimicitoare lui. Dar niciodată nu se întâmplă depărtare deplină a materiilor streine, ori eliminare a pricinei adânci.

Altoirea este şi rămâne un leac părut, ale cărui rele se vor vădì mai curând ori mai târziu. Şi aşà, după câteva luni de bucurie ce stârnise injecţiile cu tuberculină, s'a văzut ce înşelare grozavă erà. Din toate părţile numai rapoarte rele dela doctorii şcoalei moderne, şi azi acea injecţie abià mai are interes istoric. S'a adeverit şi cu aceasta în deajuns că *fiecare vaccin e cea mai mare şarlatanie.*

O vindecare a bolilor de plămâni se poate căpătà numai în timp de ani de zile în cura mea. La boli prea învechite, se poate cel puţin uşurà starea până în cele din urmă clipe. Vindecarea boalei de plămâni atârnă numai de puterea de vieaţă a bolnavului, şi dacă se mai poate ridicà puterea de mistuire. Dacă se reuşeşte să se îmbunătăţească mereu aceasta, se văd lucruri uimitoare, dacă nu, nu e nici vindecare. Am avut mulţi bolnavi în cura mea, cari în timp de necrezut de scurt, s'au vindecat, fiindcă li s'a putut îndreptà mistuirea. Am avut pe unii cari erau înaintaţi în boală,

şi aveau noduri tuberculoase, am observat cum acestea dădeau îndărăt în vreme de ani.

In fiecare dată, când asemenea noduri se topesc, se întâmplă o criză, care, deşi nu e primejdioasă în sine, dar e foarte dureroasă. Cu metoda mea regulam temperatura, şi, când e potrivită, materiile străine dau îndărăt. Atunci se capătă vindecare. Dacă e trupul cu putere, băile de şezut cu frecături sunt cel mai bun mijloc pentru depărtarea materiilor străine din plămâni şi pântece; e bine de făcut băi de abur, cari vara se pot înlocuì prin băi de soare. Dietă aspră şi aer curat sunt neapărat biruitoare.

Când e vorba de bolnavi, la cari boala e prea înaintată, băile de şezut aţâţă prea tare, de aceea se înlocuesc mai bine cu băi de trunchiu. Apa să fie de 22°—24° R=27°5—30° C. şi s'ajungă până la umeri. Bolnavul stă la început 5 minute, pe urmă mai mult în bae; după nevoe, şi repetă baia de mai multe ori pe zi. Dacă se mai întăreşte bolnavul, i se poate face şi băi de şezut cu frecături.

Adesea nu se poate mări puterea de vieaţă şi de apărare a trupului şi nici aduce o vindecare, dar, ori cum, aceste băi aduc uşurare. Dacă mai este mistuirea în stare a se îndreptà, tot mai e şi nădejde de îndreptare.

Ca încheere, voiu aduce câteva cazuri de vindecare.

Astm. — O doamnă, în vârstă de 65 ani, sufereà de astm foarte tare. Doctorul îi dă hapuri de creozot şi prafuri, îi stricase mistuirea, la urmă a sfătuit-o să meargă într'o localitate călduroasă, căci, după părerea lui, nu erà nici un mijloc de vindecare să poată ajutà la acest astm.

Abià puteà face zece paşi, aşà o chinuià astmul. Dar, pentru cine cunoaşte mijloacele de vindecare ale şcoalei moderne, ştie că trimiterea bolnavilor în ţări mai calde înseamnă: „Nu-ţi mai putem face nimic, din partea noastră, încearcă, dacă natura mumă îţi poate ajutà!“ Aşà a înţeles şi bolnava, de aceea, după sfa-

tul unei prietene a venit în căutarea mea ; doctorilor le-a spus că vrea mai bine să moară ací, decât între străini, departe. A început cura la începutul lui Decembrie, pe o vreme rea şi neguroasă. Apăsarea materiilor străine în sus eră foarte însemnată. Dar urmă sfaturile mele cu cea mai mare sfinţenie. N'a trebuit de aşteptat mult până ce apăsarea să se lase în jos, când mistuirea i s'a regulat. Depărtarea materiilor străine se făceà prin sudoare şi excreţie. Luà zilnic băi de şezut cu frecături şi mai rar băi de abur. In câteva luni boala a dat mult îndărăt. Toate fenomenele ce avusese la începutul boalei, le aveà acum din nou, atât numai că darea lor îndărăt eră de douăsprezece ori mai repede decât încărcarea. Fiecare lună de cură lucrà în bine tot atât de repede cât lucrase un an la îmbolnăvire, aşà că în trei luni se vindecă de astm.

Incă un caz interesant de astm trebuie să mai spun ací. E vorba de un domn de 60 de ani, care sufereà de mai mulţi ani de acest rău şi eră părăsit de doctori. Din pricina medicamentelor luate, ani de zile, îi erau puterile trupului foarte slăbite.

Cele dintâiu băi i-au adus uşurare. Fiindcă uşurarea ţineà la început numai în timpul băei şi puţin timp după aceea, bolnavul făceà băi mai des decât i-am poruncit eu. Aşà adesea lua şi noaptea câte o bae, fiindcă tusea chinuitoare nu-l lăsà să doarmă. Dacă făceà o bae de jumătate de ceas, puteà dormì un ceas, până ce frigurile cu tuse erau atât de puternice, încât nu mai puteà dormì. In timpul băilor, trupul capătă putere şi scoteà tuşind o mulţime de materie, se uşurà. Din lună în lună, bolnavul, care eră pe moarte, capătă tot mai multă putere de vieaţă, încât se făcu mai vioi şi mai vesel. După o cură de unde eră chel, i-a crescut păr sur, ceeace a umplut de mirare pe toţi cunoscuţii lui.

Tuberculoză (înaintată). — La ceasurile mele de consultaţie venì o doamnă de 30 ani, care sufereà de

tuberculoză înnaintată. Răsuflă mai totdeauna cu gura deschisă, mai ales în timpul somnului. Mama ei murise la vârsta de 45 de ani, de oftică. Lăsase tuturor copiilor înclinare la această boală.

In copilărie, bolnava, ca surorile ei, suferise de scrofule. La vârsta de 20 ani, bolnava aveà faţa plină şi rumenă, care se făceà adesea vânătă, roză. In anii următori mai slăbì şi erà mai normală. Tuberculoza moştenită a început a se arătà. Mistuirea începu a fi neregulată.

Incuere ori diaree şi coloarea şi mirosul excrementelor arătau limpede, cât de neregulată erà fermentarea în acest trup. Pe lângă dureri de cap şi de dinţi începu a aveà şi junghiuri de piept şi de umere. Aceste dureri se întâmplă numai în timpul când se strică plămânii. Odată ce o parte din ei este stricată, durerile încetează acolo. Şi menstruaţia bolnavei erà neregulată şi dureroasă; se opreà uneori luni de zile, apoi începeà cu furie. Simţeà oboseli, nelinişti mari şi nemulţumiri. Acela care nu cunoaşte ştiinţa fizionomiei, ar fi socotit pe doamna aceasta model de sănătate. Obrajii roşii frumoşi şi chiar formele trupului destul de pline, înşelau pe orice necunoscător. Bolnava începu cura mea deplin cunoscătoare de starea ei bolnavă. Zilnic băi de şezut cu frecături, silinţe pentru a asudà şi dieta neaţâţătoare, cât şi starea în aer liber. Intr'o jumătate de an i s'a îmbunătăţit într'atâta starea, încât urcarea treptelor şi umblatul care înainte o oboseau, acum le făceà uşor. Căpătă mistuire mai bună, erà mai mulţumită, nu mai aveà dureri de cap.

Se vedeà lesne cum încărcarea se coborâse de sus în jos. De două ori în anul întâiu de cură avu crize puternice, când se topiră nodurile în plămâni; în timpul crizei care ţineà două-trei săptămâni bolnava simţeà slăbiciune mare, dar trecătoare, *o criză de vindecare,* care pentru starea ei cronică nu păreau bătătoare la ochiu.

In anul al doilea al curei starea bolnavei s'a mai

îmbunătăţit încă, a mai avut încă două crize şi aşă, după doi ani de cură, boala ei grea de plămâni s'a vindecat.

Tuberculoza. — Să mai dau cevă însemnat din cura mea. Veni la mine un domn de vreo 40 de ani, bolnav de tuberculoză, după spusa doctorilor şi care trebuiă să meargă pe multă vreme să stea în Italia. Am cercetat pe bolnav şi am văzut, după ştiinţa fizionomiei, că la el boala de plămâni erà cronică şi că poate ar mai fi trăit în Italia vre-un an de zile. A început cura mea. După patru săptămâni capătă un catar la băşică şi la maţe, de care suferise cu nouă ani înainte. Acuma se arătară mai slabe şi se vindecară în 14 zile. Din pricina tratamentului meu, puterile vieţii fiind sporite, s'au arătat aceste boli cari înnainte fuseseră numai înăbuşite prin medicamente.

S'a mai arătat şi o scurgere, de care suferise la 20 de ani şi care fusese înăbuşită tot prin medicamente şi aceasta s'a isprăvit în două săptămâni, boala de plămâni luă alt mers, aşà că bolnavul se credeà deplin sănătos. După sfatul meu mai ţinu cura încă vre-o câtva timp şi, după o jumătate de an, fu deplin vindecat.

Tuberculoza oaselor şi caria. — Am avut foarte mulţi bolnavi cu această boală în tratamentul meu şi am căpătat foarte bune rezultate. Mai toţi suferiseră în copilărie de *boală englezească* (rachitism), care e oarecum începutul celorlalte boli. Oasele le erau dela inceput moi, fărimicioase şi se rupeau lesne de tot. La vârsta pubertăţii ori şi mai curând începeà caria oaselor; oasele picioarelor ori mâinilor putrezeau şi se răreau ca buretele, în vreme ce încheerile se umflau tare. Adesea le-au tăiat mâinile ori picioarele. Unora li se hotărîse înainte de a veni în cura mea că nu se mai pot vindecà.

In cura mea a început însă darea îndărăt a acestei boli. Dar picioarele tăiete nu le pot face să crească. Iată de ce, după părerea mea, operaţiile sunt un mij-

loc nepotrivit de vindecare. Pretind că prin asemenea lucrare potrivnică naturei niciodată nu s'a vindecat vre-o boală de acestea, nici nu s'a depărtat pricina. Numai când putem face să dea îndărăt aceste boli pe acelaş drum pe care au venit, reuşim.

Imi aduc aminte de un băiat care a venit la cura mea. Amândouă oasele dela fluere îi erau deschise până la glezne şi pe jumătate putrede. Doctorii vreau să-i taie amândouă picioarele. Atunci părinţii au adus băiatul la mine. A început băile de şezut cu frecături şi dieta neaţăţătoare, şi după patru săptămâni, rănile dela picioare au început a se închide dinlăuntru în afară, şi pielea se plecă spre rana cea lungă de 8 degete, la piciorul tăiat, ca şi la un copac cărei îi creşte coaja. Amândouă picioarele i s'au vindecat în jumătate de an. I-au mai fost rămas numai două răni mici scrofuloase, cari s'au vindecat şi ele în două luni. In acelaş timp s'a schimbat starea generală a copilului. In locul melancoliei i-a venit veselia copilărească.

Alt caz a fost cu un băiat de 9 ani, aveà un genunchiu tuberculos care trebuià de aesmeni tăiat. Acì au trecut vre-o 9 luni până ce materia bolnavă s'a tras spre pântece, şi-a căpătat o rană la osul şoldului. Peste un sfert de an a putut să alerge şi să fugă ca şi alţii.

Lupus. — Numeroasele vindecări, căpătate prin metoda mea şi la lupus, mărturisesc de ajuns că nu e dezarmată nici acì.

Voiu spune un caz de lupus de mare interes. Bolnava erà de 38 ani. Până la vaccinarea dela doi ani fusese deplin sănătos. Dela acest timp i-a început nenorocirea. După vaccinare capătă o erupţie de piele, care la vârsta de 10 ani se prefăcu în lupus la faţă. Aproape 30 de ani a suferit de boala aceasta dureroasă, deşì a consultat o mulţime de doctori însemnaţi. Faţa îi erà fioroasă. Nu se puteà arătà nicăeri fără ca semenii ei să nu se sperie. In această stare desnădăjduită venì la mine; toţi doctorii îi spuseseră că nu o

pot vindecà. Cercetările mi-a arătat că are o încărcare nu tocmai grea.

Deci i-am făgăduit vindecarea aproape sigură. Cura a fost cea ştiută. După 14 zile numai, a început rana să se schimbe şi nu mai erà aşà de respingătoare.

Mistuirea care fusese cu totul lăsată la o parte în celelalte tratamente se îmbunătăţise. Urmarea a fost c'a avut straşnice eliminări, prin cari a dat afară sucurile bolnave. In 7 săptămâni, bolnava aveà faţa normală.

Pricina acestei repeze însănătoşiri a fost că aveà o încărcare înnainte. Toţi cei cari cunosc lucrarea mea despre ştiinţa fizionomiei, vor înţelege de ce e aşà.

Am avut şi cazuri de lupus, cari nu erau aşà de înrădăcinate şi cari, cu toate acestea s'au vindecat în mult mai îndelung timp. Asemenea cazuri sunt cele cari sunt din pricina unei încărcări la spate ori în partea stângă.

Unii din aceşti bolnavi au lăsat cura numai după câteva săptămâni fiindcă nu vedeau înbunătăţirea decât doar la mistuire. Din nenorocire n'au avut statornicie ca s'aştepte timpul trebuitor spre vindecare.

O urmare foarte bună a metodei mele de vindecare o povesteşte o doamnă din Stettin. Şi aceasta suferea de 19 ani de *lupus la faţă* şi nu se mai puteà arătà s'o vază ochiu de om. Umblà cu văl gros. Toate mijloacele medicale de azi le întrebuinţase d-ra Sch. vreme de 19 ani, până a ajuns la tratamentul meu care i-a adus îndată alinare şi vindecare, aşà că mi-a trimes, fără să-i cer, următoarea scrisoare de mulţumire:

Prea onorate d-le Kuhne !

Starea mea mă sileşte să vă aduc cele mai calde mulţumiri pentru lucrarea curei d-voastră, prin care am scăpat de greaua mea suferinţă. Am întrebuinţat-o

cu cel mai *mare succes*. Mă aflu iar în putere şi sănătoasă că, pot să-mi caut de treburi fără de greutăţi. Mă simt cu atât mai fericită, că mai mulţi doctori pe cari în timp de 19 ani, i-am consultat n'au fost în stare să mă ajute, ori măcar să-mi aducă vre-o alinare.

Indemn deci, pe toţi bolnavii, fie de orice boală ar fi, să încerce această metodă şi vor fi uşuraţi, şi te rog, onorate d-le Kuhne, publică rândurile acestea în interesul cauzei şi a celor ce sufăr.

Cu cea mai mare stimă şi adâncă mulţumire, rămân a d-voastră,

A. Sch. Stettin.

BOLILE LUMEŞTI

La o parte ruşinea ne la locul ei, la o parte sfiala, care este numai vălul unei orbiri nenorocite, căci lasă să bântue în ascuns relele, cari n'ar puteà să fiinţeze în lumina cunoştinţei, în razele curate ale judecăţei fireşti. Pe faţă şi fără sfială să vorbim despre bolile ascunse ale omenirii, despre suferinţele ţinute secrete. Răul adus omenirei de bolile lumeşti e atât de mare şi de puternic, că ar fi păcat dacă aş tăceà şi n'aş arătà izbânzile mele şi că le-am putut tămăduì cu cea mai mare siguranţă. Tocmai neştiinţa generală e pricina acestei boli şi mai ales tratarea cu medicamente, a adus omenirii cea mai mare nenorocire în cât trebue vorbit pe faţă. Că azi bolile lumeşti sunt mai răspândite decât altă dată, nu se poate tăgăduì; mai ales sifilisul, face azi pe an mii de victime şi împinge o mulţime de bolnavi în mizerie nespusă.

Toate metoadele de vindecare de până acum, afară de metoda nouă naturală, sunt neputincioase în faţa sifilisului. Ele cel mult pot, cu unsori de mercur şi altele, amorţì boala şi a o liniştì.

Spre nenorocirea bolnavilor, li se spune că-i vindecare şi ei cred. Dar tocmai prin această greşală s'a pricinuit mult rău. Mulţi dintre aceştia, aşà zişi vindecaţi după spusa medicilor, s'au însurat, şi după căsătorie, au aflat cât de rău i-au sfătuit.

Sănătatea şi vieaţa femeii e în cea mai mare primejdie, când trăeşte cu un bărbat care are silifis ascuns.

Impreunarea sexuală este o unire prin care cele două trupuri se echilibrează. Atunci, dacă bărbatul nu-i deplin sănătos, femeia capătă sifilisul ascuns foarte lesne şi suferă de boală ori chiar se prăpădeşte. Copiii din asemenea căsătorie nu pot trăi, fiindcă nu se pot desvoltà normal.

Indrăznesc să spun că sifilisul ascuns ori cronic e mai primejdios decât cel acut, căci la acest din urmă bolnavul are asupra lui un semn, care arată lămurit în ce hal e.

Şcoala medicală cunoaşte starea latentă a sifilisului, deşi e în stare s'o afle numai când s'arată iar în formă acut. Şcoala medicală mărturiseşte, fiindcă nu poate altfel, că boala a mocnit atâta vreme în trup. Nu vorbesc destul de strălucit oare faptele, că şcoala medicală n'a ştiut altfel nimic nici despre această boală ascunsă?

Prin ştiinţa fizionomiei, nici acì nu suntem fără de ajutor, chiar când nu sunt încă de loc întoarceri la forme acute.

Prin ea putem cunoaşte cu mult înainte predispoziţia pentru toate bolile lumeşti, încât răul se poate depărtà cu mult înainte. Nu voiu vorbì de feluritele boli sexuale ca *scurgerea albă, gonoree, şancăr, buboaie sifilitice, poluţii,* etc. Voiu observà numai, că numele feluritelor boli pentru noi e tot una, fiindcă ştim că toate au aceeaşi pricină şi că formele felurite atârnă numai dela aşezarea felurită a încărcării trupului cu materii străine.

Nu e întâmplător că natura a pus împreună organele genitale cu cele de dare afară. Organismul e silit, a aduce productele lui de elementare spre aceste eşiri, de aceea aceste organe sunt şi locul tuturor aşezărilor de materii streine. Mai ales la femei se vede

bine și lucrul are mare însemnătate. Nu se poate ca aceste zemuri iuți să nu pătrundă în celălalt trup ca o alifie prin ajutorul puterii de absorbire a pielei. In acest chip materiile cele mai rele dela femee trec la bărbat și din contră, dacă el e mai greu încărcat decât femeia, atunci, materiile generătoare care se compun din sucurile lui, se întrupează la femee și lucrează asupra ei îmbolnăvind-o mai rău.

Se mai întâmplă și alte celea, pe cari pentru ca să le explicăm trebue să mergem ceva mai departe. Instinctul sexual e cunoscut de toată lume, dar e destul de întunecat și n'a fost încă bine destlușit. Despre obârșia lui, școala modernă spune puțin; cât despre ceeace face să fie anormal, și mai puțin.

Cu toate acestea se găsește în scrierile ei că după instinctul de păstrare, cel de reproducere e cel mai tare. E de neînțeles de ce al doilea factor al vieței noastre, azi e atât de puțin luat în seamă, încât până la un punct se socotește nefiresc, și în cel mai înalt grad neestetic și necuviincios. Ca și toate celelalte instincte și instinctul sexual are o stare normală, iar dacă insul e încărcat cu materii streine, e și instinctul acesta anormal. Tocmai starea instinctului sexual e un termometru pentru starea sănătății, mai ales pentru bolile ascunse ori cronice și pentru lucrarea felului organismului. Starea anormală este numai din pricina apăsării substanțelor streine spre căile de dare afară, apăsare care pricinuește o stare de aţâțare a nervilor. Aceeași apăsare se împărtășește și organelor sexuale, odată cu scăderea puterii. Instinctul sexual normal lasă pe om liber de orice turburare a minții și a gândirii.

Normal e acest instinct numai la inși sănătoși, și a-l ține în stare normală, se poate numai prin dieta neaţâțătoare și prin vieața cumpătată. E nenormal îndată ce trupul va fi încărcat cu materii streine, ori va aveà o boală ascunsă.

Boala lumească poate căpătà numai acel al cărui

trup e încărcat cu materii streine. Aşà se explică de ce unii capătă sifilis, şancăr, iar altul nu.

Am cunoscut cazuri în care doi bărbaţi supuşi la aceeaşi primejdie de molipsire, unul a rămas neatins, iar celălalt s'a molipsit. S'au întâmplat şi cazuri contra. O femee a trăit îndelung cu un singur bărbat, acesta a plecat, şi altul i-a luat locul. Deşi nici unul nu eră bolnav şi n'avusese relaţii sexuale, cel al doilea capătă sifilis, iar femeea n'avu nimic.

Intocmai ca şi drojdia în aluat lucrează materiile străine ale unuia asupra materiilor bolnave din organele sexuale ale altuia, producând o fermentare mai ales dacă ţinem seama de lucrarea liniştitoare şi întăritoare ce are asupra trupului echilibrarea sexuală. Prin această lucrare trupul câştigă atâta putere de vieaţă, încât dă afară, printr'o criză de vindecare, materiile streine ce le are, ca sifilis, şancăr, etc. Aceasta aruncă lumină asupra acelor cazuri ca de ex.: un bărbat trăeşte ani de zile în căsătorie regulată cu nevasta sa, şi deodată, din întâmplare având legătură cu altă femee sănătoasă, capătă sifilis. Relaţiile cu nevasta lui îl obişnuiseră, şi nu putuse aveà asemenea lucrare, fiindcă se echilibraseră, pe când legătura nouă aduse alt echilibru nou şi deci boala.

Am spus aceste cazuri, ca să arăt ce fel e cu putinţă o molipsire. Mă voiu ferì a mă atinge măcar o vorbă de relaţiile sexuale în afară de căsătorie; căci acì am de vorbit numai despre boală, pricina ei, de început şi vindecarea ei şi am luat asemenea pilde fiindcă îmi trebuiau.

Astfel ajungem la încheierea că *bolile lumeşti sunt crize de vindecare* ale trupului, prin cari el se sileşte a da afară materiile străine aflătoare în el. Voim să vindecăm? Trebuie să depărtăm *pricina boalei,* încărcarea trupului cu materii străine, atunci vor încetà dela sine, una după alta, toate urmările ce se arată. De aceea este primejdioasă greşala şcoalei medicale, care crede că prin *injecţie cu medicamente* (foarte o-

trăvitoare, ca *mercur,* sub toate formele, *iod, iodokali, iodoform,* etc.), vindecă, când tocmai prin acestea înnăbușe cu putere toate silințele trupului. Firește că această înnăbușire se face pe seama puterii de viață a trupului, care erà înnainte destul de tare ca să producă o criză de vindecare.

Acuma după ce bagă în trup otravă, puterea vieței se va întrebuința spre apărarea organismului împotriva acestuia și deci nu va puteà lucrà la vindecarea boalei.

Ceeace școala modernă numește vindecare, e în sine o pacoste mult mai mare, pentru trup, decât însăși boala. Fără de îndoială e îmbrăcată în haina înșelătoare și acoperitoare a unei stări fără durere, dar cronică, de oarece nu arată formele acute ale boalei și pare vindecare.

Asemenea greșeli grele ale școalei medicale îmi propun să le combat, sprijinit pe dovezi ce nu pot fi răsturnate. Să arătăm dovezile.

După cum văzurăm, înnăbușirea bolilor lumești cu medicamente înseamnă o vindecare părută și nu o îmbunătățire, ci în adevăr o înrăutățire a stărei dinainte. Dacă reușim mai târziu ori mai curând, ades chiar după ani, ca să ridicăm puterile vieței prin măsuri potrivite, nu rareori fenomenele înăbușite ale boalei se arată din nou deși sub forme mai domoale și trecătoare.

S'a adeverit în practica mea mai de multe ori. Băile mele de șezut cu frecături reușesc să ție asemenea boli în frâu, încât pierd pe deplin caracterul îngrijitor.

De asemenea crize neprimejdioase, vindecătoare, nu trebue să se sperie nimeni, ele sunt urmarea firească a topirii materiilor bolnave și a medicamentelor ce am luat.

Toate bolile sexuale, între cari și pe drept mult temutul sifilis, prin metoda mea nu mai sunt atât de spăimântătoare. Fără mândrie trebue să mărturisesc, că această boală, care, pentru școala medicală n'are leac,

prin metoda mea se vindecă ca şi oricare altă boală, fără ca mai târziu să mai vie sub vreo formă oarecare. Dar trebue să spun că nu toţi sifiliticii se pot vindecà, ci numaî cei la cari puterea mistuirii poate fi încă îndreptată. Dacă se poate ţineà lung timp asemenea cură, e cu putinţă vindecarea, bine înţeles, având în vedere puterea de viaţă şi încărcarea bolnavului.

Toţi bolnavii de boli lumeşti sunt, după cum s'a spus dela arătarea boalei, încărcaţi cu materii străine ori altfel zis au în ei boala ascunsă. Dar dacă nu se vindecă, sunt supuşi la boli cronice şi mai rele, cunoscute sub numele de *astm, boală de plămân, tuberculoză, cancer, boală de inimă, dropică, pelagră,* etc. Dacă asemenea boli nu se arată totdeauna la aceşti bolnavi, dar se răzbună acel tratament greşit prea ades asupra urmaşilor, unele mame nevinovate se chinuesc cu copii *bolnavi de plămâni, de tuberculoză, de scrufuloză, de rahitism,* fiindcă nu cunosc pricina adevărată a acestei boli şi nu se pot învinuì pe sine. Despre bolile lumeşti ascunse ale soţului n'au auzit nimic şi nicì n'a învăţat despre moştenirea lor asupra urmaşilor. Se cunosc păcatele părinţilor la copii. Generaţia slabă bolnavă, este oglinda în care se poate cunoaşte prin învăţătura mea întocmai starea sănătăţii trupeşti a părinţilor la vremea zămislirei.

Dacă observăm mersul mai multor boli ca *scurgerea albă şi sculamentul,* aceste fenomene ne aduc un material vădit pentru adevărul metodei mele. Odată cu aprinderi locale trupul dă afară materii străine, puroiu. Desigur prin aceste aprinderi pot fi în acelaş timp atinse şi alte organe dacă nu ne pricepem a face aprinderea nevătămătoare organismului. Ori cum, acest fenomen va fi în adevăratul înţeles al cuvântului o criză de vindecare pentru trup. Cu cât va fi mai mare cântimea de materie dată afară, cu atât mai folositoare şi mai curăţitoare e lucrarea pentru organism. Inainte de toate trebue să căutăm ca darea aceasta afară, din trup să fie pe cât se poate nu numai fără durere, adică

să nu stingherească şi că totuşi să se facă în întregime. Prin băile mele potrivite pentru fiecare ins reuşim în cel mai vrednic şi de încredere chip. Lungimea curei atârnă de cât e de mare încărcarea. Să mai amintim încă odată acì despre mijloacele întrebuinţate de ştiinţa medicală împotriva bolilor lumeşti, *injecţii cu plumb, mercur, iodoform în organe* pentru a oprì scurgerea acelor materii pe cari natura le dă singură afară. Chiar caracterul medicamentelor arată toată greşeala acestor măsuri. E minune cum nimeni nu şi-a pus întrebarea: *unde se duce puroiul,* ce medicamentele îl opresc şi ce scop se urmăreşte. E cunoscut că natura nu face nimic fără de un scop hotărât.

Lucrările naturale se pot ajută numai cu *mijloace firești,* nu cu măsuri vitrege împotriva tuturor condiţiunilor vieţei, *mijloace dușmane, distrugătoare.*

Numai greşeala stricătoare a şcoalei medicale a făcut ca spitalele şi casele de sănătate să răsară ca ciupercile din pământ: dacă ar fi lucrarea şcoalei medicale, în adevăr folositoare, atunci spitalele ar trebuì să meargă scăzând.

La încheerea acestui capitol vă aduc câteva pilde din practica mea. E vorba întâiu de un domn de vreo 50 de ani, care mă întreabă despre o boală de inimă. După ce i-am dat sfatul potrivit şi-a făcut cura mea 19 zile, i se arată din nou o boală de rinichi care fusese vindecată; peste alte 19 zile i s'a arătat un *sculament,* de care suferise cu 18 ani înainte. Amândouă bolile s'au arătat mult mai domol decât fuseseră la vremea lor, după opt zile s'a vindecat şi sculamentul, starea generală a acestui domn se făcu minunat de bună. Boala de inimă i-a încetat.

In vremea curei mi-a povestit că el a avut sculament, şi că pentru vindecarea lui a întrebat doui din cei mai însemnaţi profesori. Cu medicamentele lor s'a vindecat. După aceasta, peste câţiva ani a căpătat iar sculament, şi iar a scăpat cu doctorii. După alţi doui

ani s'a îmbolnăvit de rinichi şi a avut mult de lucru, până ce, după consultul altor opt doctori însemnaţi, a înăbuşit cu medicamente într'atâta boala, ca să nu-l mai supere.

Nu mult după asta, începu boala de inimă împotriva căreia până atunci nu i-a fost folosit nici un mijloc, şi care ameninţă să dea în *dropică*. I-am spus că sculamentul nu se vindecase, ci numai se înăbuşise în trup şi de acolo i-a venit boala de rinichi. Prin înnăbuşirea acesteia, boala s'a dat la inimă, care, fără de cura mea, l'ar fi dat în dropică. De pe arătarea fenomenelor s'a încredinţat de metoda mea, după patru luni de cură s'a vindecat deplin.

Acum să mai arăt un caz de sifilis.

Domnul baron de E., în vârstă de 47 de ani, veni la mine cu câţiva ani înainte, în ceasul de consultaţie şi spune că suferă de *sifilis,* de vreo 10 ani. Mi-a spus c'a făcut cura cu mercur a doctorilor celor mai însemnaţi, c'a băut şi iodură de potasiu, cu toate acestea are mereu fenomene sifilitice, mai ales răni la gură şi la picioare, aşà că a pierdut orice încredere în doctori, căci starea lui generală nu-i nici măcar ca înainte de cura cu mercur. Mai ales după aceasta are o apăsare în cap şi numai are cugetarea limpede ca înainte. Cu ajutorul ştiinţei fizionomiei, am văzut că d. E., este încărcat tare, şi mai ales erau vădite toate otrăvirile cu medicamente. Erà deci netăgăduit că sifilisul, din pricina medicamentelor, erà într'o stare lentă. I-am dat zilnic 2—3 băi împreună cu hrana naturală. Urmarea a fost bună, chiar după un an de zile, bolnavul erà cu totul schimbat. Intâi mistuirea îi erà mult mai bună şi arătà bine la faţă. Şi cu desfiinţarea pricinei a încetat şi orice urmă de sifilis şi nu s'a mai întors. Mai larg în partea a IV-a.

Slăbiciunea bărbătească ori neputinţa. — Nu e dovadă mai mare de degenerarea noastră decât neputinţa bărbătească care bântue azi. Ştiinţa medicală n'a putut până azi în nici un chip vindecà. Stă în faţa ei

cu totul fără pricepere, fiindcă nu cunoaște pricina adevărată. Ea nu știe că fiecare neputință este o stare bolnavă, cronică, provocată de încărcarea trupului cu materii streine ori bolnave. Orice neputință se poate vindecà îndată ce reușim să curățăm trupul de încărcare. Azi suntem în stare de a o vindecà. Pot cu conștiința liniștită să spun că și aceasta într'o mulțime de cazuri s'a vindecat și se poate vindecà dacă se urmează cu pricepere și tărie de fier. Toate neregularitățile organelor sexuale se pot vindecà prin depărtarea pricinei, instinctul sexual își capătă puterea lui normală, așà că vindecatul e în stare să-și îndeplinească firește funcția sexuală. Cât de ades cele mai tari principii morale, nu apără de neregulele sexuale cele mai nefirești, de pildă de onanism! Am mângâierea că am primit cele mai calde mulțumiri, dela tineri și bătrâni, cu principii morale solide, fiindcă prin tratamentul meu au scăpat de deprinderi nimicitoare.

Neputința femeiască o găsim nu numai în înțelesul *nerodniciei* din pricina nedesvoltării ori a relei desvoltări a organelor sexuale năuntrice, dar se mai întâmplă și o nesimțire a organelor sexuale.

Mai mult despre aceasta la partea III-a a capitolului „Bolile femeilor".

Fiindcă instinctul sexual al bărbaților e deosebit de al femeilor, de aceea la ei se arată neputința altfel. Observăm semne hotărâtoare cu ani înainte, o atitudine nenormală și nervoasă a instinctului sexual. La copii și la bărbați se arată printr'o atâtare, printr'o aprindere cronică a organelor sexuale, de unde acea mare aplecare spre onanie. La cei mari se arată printr'o atâtare nenatural de mare a instinctului sexual. Acest fenomen mai e însoțit de o turburare a minței, în care cugetările bolnavului sunt atât de nefirești cu gândiri și simțiri erotice. La vârsta tinereței se face un fel de sfială în fața sexului femeesc, care câteodată ajunge adevărată spaimă și este legată cu neputința. Azi sunt atâți bărbați cu dare de mână necăsătoriți,

din pricina neputinței care se arată prin sfială față de femei. Câți bărbați tineri în vârsta cea mai puternică sunt neputincioși de a săvârși actul conjugal, fiindcă din pricina onaniei au ajuns neputincioși. Câte sinucideri și încercări de sinucideri nu trebue puse pe seama acestui lucru?

Dau câteva cazuri din practica mea, căci sunt de interes comun.

Acum câțiva ani veni la mine un tânăr de 23 de ani, care dela vârsta de 12 ani făceà onanie și care aveà să facă încercarea cu metoda mea de vindecare, ca să ajungă stăpân pe patimă. Zi și noapte îl chinuià gândul. Ajunsese neînstare a învăță ceva. Fără de putere, așa-mi spuneà el, trebuì să se dea onaniei, deși se silise din toate puterile să scape de ea. Nu găsise până atunci nici un chip de mântuire și nici nu reușise să aibă voință. Câteodată reușeà să stăpânească patima câteva luni, dar după asta îl prindeà și mai cu furie. Se simțeà nemulțumit de sine, se credeà de prisos pe lume și erà muncit de gândul *sinuciderii*. Acum trebuià să se însoare după dorința părinților, dar erà cu totul neplecat spre aceasta și neputincios. Toată nădejdea și-o pusese în metoda mea de vindecare, altfel erà desperat.

Cercetarea după știința fizionomiei mi-a arătat că neputința lui erà din pricina unei reli mistuiri, care trebuiau întâiu și întâiu de vindecat. Fiind tânăr, trupul va lucrà repede și de aceea i-am spus că e nădejde. Cu tărie și cu conștiință a urmat sfaturile mele și numai peste câteva luni și-a îmbunătățit starea. Teoria mea s'a adeverit și acì strălucit. Băile de șezut cu frecături, au atacat cu tărie pricina, și își adeverirà, și acì puterea lor, însoțite de dietă neatâtătoare. După 13 luni de cură se vindecă de *onanie și de neputință*, aceeași căutare cu care am făcut atâtea alte vindecări.

Boală de beşică şi de rinichi. Zahăr, diabet. Uremie (urinare cu sânge). Udare în pat. Boală de ficat Petre la ficat. Gălbinare. Boală de maţe. Sudoarea la picioare. Pecinginea.

Poate va părea nesistematică şi fără de metodă, un şir de stări bolnave, cari la întâia vedere pentru profani, par a nu aveà nici o legătură şi că le-am pus una lângă alta fără rost. In ochii şcoalei medicale sunt firesti suferinţi cu totul deosebite, cari şi trebue căutate deosebit; dar sub lupa ageră a metodei mele de vindecare se cunoaşte unitatea cauzelor şi înrudirea lor strânsă.

Obârşia lor este iarăşi aşezarea materiilor străine şi anume în acele părţi cari turbură funcţiile cele mai însemnate de dare afară a materiilor netrebuincioase din trup: rinichi şi pielea.

Acì,e locul să vorbim şi despre gazurile cari se fac la mistuire şi ne umflă. Aceste gazuri împingând în canalul mistuirii, pe lângă mişcările ca de verme ale maţelor, mână mâncările mai departe, după cum pe de altă parte le împinge şi prin pereţii canalului de mistuire în tot trupul şi'n sânge. O să limpezesc lucrul printr'o pildă. Apa pe pământ stă în lacuri şi râuri mărginite, încât pământul are un sistem de vine cari seamănă cu vasele sângelui din trup. Apa sub formă de gaz (abur) umple tot aerul şi toate părţile pământului. Tot aşà se întâmplă cu mâncările şi bău-

tura din trup. Acestea par mărginite în locuri hotărâte şi organe, dar sub formă de gazuri umplu tot trupul. (Alcoolul, berea, coniacul, vinul), din această pricină se simte îndată după ce bem în tot trupul, mai ales la cap, cu toate că printr'o lucrare normală gazurile ies în parte ca sudoare şi evaporare. Ele ies afară ca sudoare şi prin sudoare.

Aproape la fiecare om miroase altfel sudoarea. Indată ce trupul este încărcat cu materii străine învechite şi anormale, miroase neplăcut, altfel o sudoare normală abiă miroase cam neplăcut nasului. Inăuntrul trupului se face de asemenea o depărtare a acestor gazuri anume prin rinichi, care se amestecă în lichide şi prin canaluri duse în băşică. Sudoarea şi udul sunt cam aceleaşi producte de dare afară. Dacă băşica e destul de plină, se simte *nevoia de-a o deşărtà şi trebue pe dată implinită,* ca trupul să nu sufere simţitor. Acest punct e prea însemnat şi merită o lămurire. Insă acolo unde obiceiurile de azi nu dau voe, se fac multe greşeli în această privinţă şi de aceea să nu ne mirăm că rămân materii străine în băşică şi rinichi.

Părinţii şi învăţătorii vor stărui din toate puterile pentru a face pe copii să înţeleagă urmările reale ale nemergerei la vreme cu *udul* şi cu *scaunul.* In nici un chip nu trebue siliţi copiii a se oprì dela *scaun* şi *ud,* dacă nu voim să le aducem turburare şi urmări primejdioase.

La dânşii schimbarea materiilor se face foarte repede şi puterea lor de vieaţă e foarte mare. Dacă udul adunat în băşică nu se dă afară la vremea cuvenită, suferă o schimbare şi se va întâmplà fermentare şi aşezare de materii. 0 urcare de temperatură în băşică şi ca urmare firească o îngroşare a udului, cu aşezări de săruri cari erau în el. Astfel se opresc secreţiile rinichilor şi-i vătămăm. Cine nu-şi împlineşte la vreme nevoia de a ieşì cu udul şi cu scaunul, acela pierde cerinţa, şi când mai târziu vrea să meargă, n'o poate împlinì sau poate numai în parte.

Unde a rămas urina?

In băşică nu-i, atunci trebue să fie undeva în trup. Ştim că o parte din ud, din pricina aşezărilor necontenite în ea, s'a schimbat în gazuri şi s'a împrăştiat ca şi la produsele mistuirii în tot trupul prin sânge. Sărurile minerale din ea şi materiile tari se cristalizează sub formă de pietricele galbene în băşică şi în rinichi, cari nu totdeauna le dăm afară. Dacă ne uităm în rămăşiţa de urină cu microscopul, care măreşte de 200 de ori, vedem că se compune dintr'o mulţime de pietricele cristaline gălbui la vedere, cari însă grămăjoară pare roşie. Dacă mai sunt alte aşezări în băşică, apoi ajungem la cunoscuta :

Boală de piatră. — Vindecarea acesteia o spun mai departe. Piatra se face numai la trupurile cu stări nenormale şi la hrăniri nefireşti. Se formează în acelaş chip ca piatra în cazanul de apă, la temperaturi înalte şi cu apă cu săruri, cu apă dulce de ploaie se face mult mai greu. Udul rămas în rinichi se evaporează şi cristalele se aşează unele lângă altele. Câtă vreme sunt destul de mici, se duc lesne împreună cu urina prin canale în băşică, dacă însă se fac mai mari, prin trecerea lor aduc durerile cunoscute sub numele de *colicile pietrei,* fiindcă cristalele tari zgârie şi rănesc canalele udului. Acelaş lucru se petrece în băşică.

Când canalul urinar încă îngustat de materiile streine din pântece (stricturi), se întâmplă adesea că pietricelele nu mai pot ieşi cu urina ca nisip, ci formează în băşică depozite mai mari. Prin rostogolirea pietrelor în băşică se rotunjesc, dar înăuntru rămân tot cristaline.

Nu e de tăgăduit că ţinerea udului aduce totdeauna piatră. Compoziţia urinei poate fi aşă fel ca prin descompunere nu lasă piatră, şi se absoarbe în trup aşă cum e ca materia străină. Atunci se arată fel de fel de boli, ca nodurile, cum am arătat. Câţiva ani înainte, am avut în căutare un băiat, care aveà pe tot

trupul noduri cât fragile. Cele întâiu s'au arătat, când în urma unei răceli, n'a putut urină câteva zile. I-am spus că nodurile sunt din pricina oprirei urinei şi că vor pierî îndată ce vom reuşî să le transformăm în urină. A început băiatul cura mea şi după câteva zile a avut eşiri mari de urină. Fenomenul a ţinut mai multe zile. Ca dintr'o lovitură, spre marea mirare a mamei copilului, au pierit nodurile. In acest caz nodurile erau din depunerea materiilor streine urinei, pe care trupul, cu puteri mai ridicate a reuşit să le deà afară.

Diaria şi încuerea, după cum am spus, sunt din aceeaşi pricină, arată încărcarea trupului. Tot aşà e şi cu urinarea. Numai atât că la aceasta, încuerea nu se vădeşte, ci numai se arată prin semne indirecte: *coloarea nenormală, înroşire nenormală a pielei; coşuri, dureri de cap, noduri, piatră,* etc.

Sunt numai o pregătire pentru alte boli.

Diabetul. — Zahăr în urină, se află de-a dreptul, ca un fel de uridinare. Se însoţeşte cu friguri şi cu stări de aprindere, din care pricină se explică setea chinuitoare; la aceşti bolnavi nu pricinueşte acum încuere, noduri ori piatră, ci o dare afară puternică a materiilor şi, prin urmare descompunerea sucurilor, încât urina ese din trup într'o stare de fermentare bolnavă şi cu materii zăhăroase. Piatra şi boala zahărului, au aceeaşi pricină, numai fenomenele de pe din afară sunt felurite. Tocmai pentru bolnavii de zahăr, băile mele de şezut cu frecături sunt de cel mai mare folos. Prin ele căldura năuntrică se potoleşte încât setea încetează.

Piatra şi boala de zahăr, după tratamentul meu, se vindecă în acelaş chip prin depărtarea pricinelor cari le produc. Piatra întâiu se sfărâmă şi se topeşte, ieşind sub formă de nisip, sub care formă ese cu urina. E bătător la ochiu, că la tratarea bolnavilor de piatră, prin băi de şezut cu frecături, dau afară foarte multă apă.

Bolnavii nu-şi pot lămurî de unde le vine atâta apă.

Explicaţia e foarte simplă. Din tot trupul vine pe drumul vechiu, materia străină care s'a prefăcut în urină, şi ese ca atare din trup. Am avut bolnavi cari puteau scoate apa numai în timpul băei, şi a căror băşică numai încet-încet şi după vindecare, a putut lucrà normal.

Cât de mult poate trăi un bolnav de piatră, ne arată împăratul Wilhelm I-iu, care a trăit până la 90 de ani. Aceasta a atârnat de încărcarea neprimejdioasă a răposatului. Din potrivă, urmaşul, împăratul Friderich a avut încărcare mult mai primejdioasă şi s'a arătat boala mult mai rea şi mai timpurie.

Uremie este o stare în care se găseşte uree în sânge şi în tot trupul. Insoţeşte boala de băşică şi piatră. Cunoscătorii ştiinţei fizionomiei, observă această boală chiar când bolnavul nici habar n'are. Dar nu e nici un mijloc prin care sângele să se curăţe mai repede decât prin băile mele cu frecături.

Scăparea în pat. Starea rea când bolnavii nu pot ţineà urina este de asemenea din pricina încărcărei pântecelui cu materii străine. De multe ori este o fistulă la băşică prin care urina ese fără voe. Acest fenomen e aproape fără de excepţie din pricina altor boli nevindecate şi pe cari le-am înăbuşit cu medicamente ori cu alte tratamente în potriva naturei. Vezi povestiri ce curi, la partea IV-a.

Aceste fenomene de boli, ca şi *fistulile la maţe,* în practica mea, chiar în puţine zile ori săptămâni s'au vindecat cu totul. O cură mai lungă trebuie la boala aceasta, când e cronică şi trupul stricat cu medicamente.

Catarul de beşică este o stare acută a boalei de băşică şi piatră, o aprindere îngrijitoare a canalelor urinare, însoţită de dureri la urinare. Cu metoda mea se poate lesne depărtà, ca şi toate stările de friguri, fiindcă are aceeaş pricină ca toate bolile.

M'au chemat la un bolnav care suferea de 14 zile de catar de beşică.

Prostata erà umflată tare şi bolnavul puteà urinà numai cu dureri mari. La fiecare zece minute aveà *dureri grozave de beşică*, încât urinarea în zilele din urmă, erà tot mai grea şi mai dureroasă. Doctorul voi în ziua a 14-a seara să-i scoată apa cu cateterul, lucru ce nu se puteà face, fiindcă erà prostata umflată. Doctorul spuse că trebuie să cloformeze pe bolnav. Acesta n'a voit şi m'a chemat pe mine, chiar în acea seară. Dela întâia bae cu frecături au încetat durerile cari veneau la zece minute, şi, după o jumătate de ceas de baie, putu singur să urineze, după ce a făcut baie $^3/_4$ de ceas, s'a culcat în pat. Noaptea a asudat din belşug, şi a urinat mult, fără dureri. Şi aşà catarul de beşică s'a vindecat în puţine zile.

Boală de ficat. Pietre la ficat. Gălbenare. Se întâmplă mai ales la cei cu încărcare de materii străine la partea dreaptă. Secreţiunea ficatului, fierea, se varsă din băşica fierei în matul subţire şi micşorează fermentaţia.

Ori la cine ficatul e încurcat şi-i împiedicat în secreţia sa, se întâmplă după observaţia mea, cu totul altă sudoare în trupul acestuia decât în al acelui cu încărcare în partea stângă. Aşà după starea de încărcare se fac ori pietre din fiere ori învârtoşarea ficatului.

Toţi aceşti bolnavi sufăr mai uşor, ades au sudoare rău mirositoare, bolnavă şi mai ales *sudoare la picioare.*

Evaporarea şi descompunerea, fermentarea fierei se vede foarte lesne de pe culoarea închisă a pielei de pe cunoscutele *pete de ficat* şi uneori duce la *gălbenare.* (Vezi despre cure partea IV-a).

Am observat la tratarea acestor boli că prin metoda mea se capătă o vindecare sigură.

Sudoare la picioare. E în legătură cu boala de ficat. Asudarea picioarelor ne arată o încărcare în partea dreaptă care se face în timp de ani de zile înainte. Când boala e înaintată, de obiceiu, încetează sudoa-

rea. Starea bolnavului, atunci e mai rea, fiindcă materia bolnavă şi stricată rămâne în trup, şi face boli mai rele, ca pete de piele, cancer, etc., boli cari vor fi mai anevoie de vindecat şi cer mai mult timp pentru vindecarea lor. A înăbuşi sudoarea picioarelor prin medicamente, ca acid cromic e a strică sănătăţei bolnavului. Numai după lung timp, ades după ani de zile se arată urmările rele ale acestor căutări medicale ale sudorei picioarelor printr'o boală mult mai rea. Dacă înăbuşim sudoarea picioarelor cu medicamente, vine întocmai cum astupă canalul colector al unui oraş, sub cuvânt să nu miroasă. S'ar reuşi, dar ar fi foarte rău pentru oraş, care, în curând s'ar umple de necurăţenii.

De plâns e că administraţia militară, se înşală asupra acestui lucru, şcoala medicală întrebuinţează medicamente, cu săruri de crom, salicilat, împotriva sudoarei picioarelor la soldaţi. Înştiinţez pe cei interesaţi că medicamentele sunt dăunătoare. Cu metoda mea încetează sudoarea picioarelor foarte repede dela sine, fiindcă se îndepărtează cauzele.

Picinginea şi boli de piele. Şi aceste boli sunt pricina aceleaşi cauze ori în ce formă s'ar arătà, ca pete, erupţii. Am vindecat picingină şi am găsit totdeauna că erà din pricina sudoarei picioarelor ori altor stări ale pielei. Deci aceasta înseamnă o stare cronică a altor boli, înăbuşite şi cere o cură mai lungă şi mai conştiincioasă.

Sunt *picingini umede* dar sunt şi *uscate.* Acestea din urmă sunt mai anevoie de vindecat decât cele dintâiu, adesea copiii au de acestea. Sunt semne de încărcare ori de alte boli copilăreşti înăbuşite de multe ori şi în urma vaccinului.

Şi acì să dăm două vindecări alese din mai multe, ca să limpezim mai bine cele spuse.

Un domn O, din N, sufereà dela a doua vaccină de erupţie de piele, care se lăţeà pe tot trupul. Trebuià să poarte mânuşi, iar noaptea să i se lege mâinile ca să nu se scarpine. Pantalonii şi buzunarele dela haine

le rupeà, ca să se scarpine. Nu puteà să ia parte la jocul copiilor şi căutà să citească, doar a uità, dar tot îi erà rău. Cu vârsta, suferinţa tot creşteà, starea sufletească dădeà de îngrijit, se gândeà să-şi curme zilele.

Atunci află de metoda mea de vindecare şi ca să se apuce repede de cura mea, a cetit cartea. După ordinul meu a făcut zilnic două băi la şezut cu frecături, mâncare neaţâţătoare, şi a avut bucuria să vază o îmbunătăţire, după care a urmat vindecarea încet, încet, până ce a dat afară toată otrava vaccinului.

Alt caz e o vindecare de *picinginâ umedă,* de această boală sufereà domnul W. din G., în vârstă de 23 ani. Petele se arătau mai ales la cap şi la gât. Uneori şi medicamentele îi făcură numai vindecări parţiale, şi în curând a pierdut încrederea în şcoala medicală. A venit la mine şi a început cura. Bolnavului i-am putut proorocì vindecare, de oarece diagnosa îmi arătà că are încărcare dinainte. In adevăr, în câteva zile i se îmbunătăţì mistuirea şi cu asta i se îmbunătăţì şi picinginea. In ziua a treia, încetă scurgerea şi în 16 zile numai erà nici urmă de boală. Pe lângă asta, bolnavul aveà gâtul prea gros. In 16 zile a pierdut din grăsime 3½ c. m. Materia bolnavă îi adusese îngroşare la gât şi picinginea s'a depărtat prin maţe şi rinichi. (Despre cure. vezi la IV-a parte).

BOALA DE INIMĂ ŞI IDROPICA

Omenirea bolnavă are de împărţit cu un şir de boli de inimă, pentru a căror căutare şcoala medicală dă o mulţime de ordonanţe după felurite chipuri, cum se arată. Le împarte în organice, boli ale inimei şi ale clapelor şi în simptome de inimă, cari atârnă de pricini mai mult sau mai puţin trecătoare. Cine însă caută pricinile polilor inimei, fără idei gata făcute şi le caută lămurirea în fenomene naturale, trebuie să ajungă la cunoştinţa că încărcarea inimei cu materii străine este pricina tuturor bolilor ei şi deci o despărţire a suferinţelor în mai multe categorii, e de prisos. Numai dela starea organului-inimă, dela desvoltarea puterii ei mai mare ori mai mică de a se împotrivì la înrâuririle vătămătoare, atârnă gravitatea cazului individual.

Dacă avem încărcare la stânga, este mai mult ori mai puţin o aplicare a inimei la îmbolnăvire. O constituţie slabă a inimei, poate din pricina moştenirii, nu poate ţineà piept unei încărcări.

Asemenea fenomene obişnuite ale încărcării se arată şi la încărcarea inimei. Nu numai părţile vecine sunt îmbâcsite cu materii streine, de pildă, sub formă de grăsime, dar muşchii inimei mai sunt umflaţi cu deaceasta, încât lucrarea lor normală e cu neputinţă. Nu sunt neapărat muşchii inimei măriţi, încărcarea

poate fi o întăritură, o învârtoşare, o încordare oarecare. In această stare muşchii pot lucrà mai rău.

Fiecare ştie cum la un buboiu, grămădirea sângelui face anevoioase mişcările acelei părţi şi chiar a trupului întreg. Şi la inimă încărcarea se arată printr'o lucrare neregulată, îndată ce se cere dela ea lucrarea mai mare, ca la spaimă ori la o noutate neaşteptată, ca şi la încordări mai mari ale trupului.

Când vine mai mult sânge la inimă, se simte limpede că ea nu-şi poate face slujbă. Vin *bătăi de inimă, nelinişti, opriri de sânge într'un vas, paralizii, răsuflarea grea. Nu se simt dureri.* Este mai mult o simţire neplăcută, o apăsare ori senzaţie că ar fi în inimă ori în apropierea ei ceva ce n'ar trebuì să fie.

Tot aşà se întâmplă şi la turburările clapelor inimei. Aceste clape nu-şi mai pot împlinì slujba cum se cuvine : închiderea. Indată ce au ajuns la un grad de încărcare.

Afară de acestea poate fi lipsuri la feţele de închidere ale deschizăturii lor dintre camerele inimei, încât nu mai astupă deschizăturile din inimă.

Cât despre durerile nervoase ale inimei, acestea le numesc ca „născocire" ciudată. După cum am arătat în capitolul despre nervi, nu poate fi un organ bolnav şi să nu-i fie şi nervii ! E o dovadă de necunoaşterea desăvârşită a naturii şi a legilor ei a voì să credem că nervii pot fi sănătoşi deplin şi numai un organ ori altul bolnav, ori că trupul e sănătos tun, iar nervii bolnavi. Pentru mine, aceste păreri sunt adevărate minunăţii.

Noi ştim azi hotărât că deosebitele lor aparenţe şi cu numeroasele fenomene exterioare ce le însoţise, au numai o singură obârşie: încărcarea trupului cu materii străine.

Dacă nu vom depărtà pricina bolilor de inimă ori dacă vom mai aduce în trup materii străine şi otrăvuri, vine o stare mai rea, *idropica.* Asta e starea de pe urmă a bolilor de mai înainte, nevindecate.

Apa care se arată la idropică, este un product cu totul ciudat al trupului bolnav. E deci limpede că trupul nu are sângele curat şi nu-i în stare să-l curăţe. Care este deci urmarea firească? Sucurile sângelui, din pricina materiilor străine, se descompun mereu şi-şi schimbă forma şi starea. Nici la o boală nu putem urmări mai limpede descompunerea şi compunerea materiilor în trup ca la dropică.

Intr'o zi m'a consultat un bolnav al cărui trup erà atât de plin cu apă, încât erà ca un burduf de gumă umflată. Apăsarea apei din lăuntru erà aşà de mare încât curgeà prin pielea picioarelor, pretutindeni unde stà bolnavul, lăsà urme de apă. Dar mai erà un lucru de mirat, bolnavul fusese negustor de unt şi în fiecare zi mâncase unt mult. Apa ce eşeà dela picioare miroseà a unt, încât nu erà îndoială de obârşia ei. Mâncase în fiecare zi fără pâine şi altele, numai unt. Firește stomacul n'a putut mistui aste cătimi de unt. Untul a rămas tot mai mult nemistuit şi a ajuns azi materie străină în trup. Fiindcă omul obişnuià a dormì pe partea stângă, s'a făcut încărcarea pe acea parte, s'a pus untură la inimă. La urmă materiile străine au trecut în altă stare de descompunere şi s'arătau sub formă de apă.

La acest bolnav boala de inimă trecuse prin toate formele. La început a avut *bătăi de inimă,* pe urmă *dureri nervoase,* acum *grăsime,* din care pricină a căpătat *micşorarea clapelor.* Şi *acum* aveà *apă la inimă,* din care l-a dat în dropică, bolnavul a încercat toate metodele de vindecare. Venì şi la mine, dar, din nenorocire, prea târziu, pentru a face cura mea. L-au căutat cu medicamente, cu otrăvuri de tot soiul şi fiecare stadiu din boală a căpătat alt nume şi alte medicamente.

Pricina formărei apei în trup este o stare de ardere în pântece, de care bolnavul nici nu-şi dă seamă, fiincdă merge încet ; numai apa, care pricinueşte greutate la răsuflare şi apăsare la inimă îl îngreue. Dacă

începe trupul să se împotrivească boalei şi dacă putem să-i sporim puterea de vieaţă, boala cronică se face acută. Dacă boala e prea înaintată, se face aşă slăbiciune, încât nu-i nădejde de vindecare, arde înăuntru. Dacă puterea de vieaţă e destul de mare ca să poată dovedì boala, poate scoate această aprindere, din trup. O s'arăt eu două cazuri din stabilimentul meu.

Dintr'o ţară depărtată venì un domn la mine care sufereà de dropică şi nu s'a fost putut tămăduì cu doctorii. Picioarele îi erau umflate de două ori aşà de groase cum trebuie, tot aşà burta, cu toate astea bolnavul se plângeà numai de răsuflarea grea la dormit şi de greutate în picioare, totuşi puteà merge bine. I-am spus că boala este prea înaintată ca să se poată vindecà şi că aşi dorì să nu înceapă tratamentul meu. Bolnavul stăruì să facă numai decât cura şi aşà a început-o împotriva sfatului meu.

In cele două săptămâni dintâiu, toate au mers ne mai pomenit de bine: sudori îmbelşugate şi pierderi mari de apă. Aşà că bolnavul erà foarte fericit. Până atunci trupul său a dat afară numai materia bolnavă apa, acum trebuià îndepărtată pricina formărei apei. Pricina erà arsura năuntrică rămasă ascunsă. Vindecarea o puteà trupul numai pe o cale, prin transformarea arşiţei aceleia în acută. Dacă trupul va aveà destulă putere să alunge prin această criză, materiile străine vine şi tămăduirea. Altfel arde mai departe înlăuntru. La bolnavul meu s'a întâmplat cum am prevăzut cazul din urmă.

In săptămâna a treia începu prefacerea arsurei ascunse în piciorul drept. Piciorul se umflă mereu, până ce se făcu o rană deschisă dela vârful degetelor până la fluer, care în ziua a doua se făcu neagră. Cangrena, care erà la început năuntrică, a eşit afară, lucru ce pricinuià bolnavului dureri mari. In săptămâna a patra se luă negreaţa depe rană ca o piele groasă, şi rana începu a se vindecà. Dar căldura năuntrică a bolna-

vului, destul de gras încă, creşteà din zi în zi, semn că cangrena din lăuntru începeà să se schimbe.

Bolnavul simţeà sete mare. Cu toate băile de şezut cu frecături, căldura nu scădeà, ceeace se vedeà de pe slăbiciunea bolnavului. Numai avu putere să facă băile, şi aşà, în ziua a 24-a, a pierdut conştiinţa, şi în a 30 murì. De pe urma căldurilor prea mari, bolnavul s'a prăpădit, după cum prevăzusem.

Alt caz, care s'a isprăvit cu bine, îl dăm acì. E vorba de un bolnav care de mult aveà dropică, dar, mulţumită omeopatiei luase numai puţine medicamente. In trei săptămâni de tratament, după metoda mea, pierdu apa, după care în săptămâna a patra, căpătă fierbinţeală mare, a doua zi avu scaune cu materii negre ca de cărbune şi puturoase, cu dureri ca de holeră. Aceste deşertări au ţinut trei zile. Nimeni dintre cei de faţă nu-şi puteà da seama : toţi erau înspăimântaţi, fiindcă bolnavul mâncase foarte puţin. Soţia venì îngrijată la mine. I-am spus că soţul ei a scăpat, fiindcă, prin această criză, s'a transformat cangrena năuntrică şi s'a şi dat afară materiile străine cari stăteau de ani în trupul bolnavului. Erà acum foarte slab, în urma acestei crize, dar se îndreptă repede. Azi e din nou sănătos, ca şi cu douăzeci de ani înainte.

Şi nu s'a mai arătat nici urmă de apă la el. In acest caz, trupul putu face cu noroc, transformarea cangrenei din rece în fierbinte.

Dropica se poate, în adevăr, vindecà numai dacă bolnavul, prin urmarea aspră a curei mele, ajunge să-i poată asudà *părţile idropicate.* Atunci e cu putinţă ca apa şi celelalte materii străine să iasă afară, şi să avem iar mistuire normală. Dropica nu se poate vindecà, dacă puterile trupului sunt atât de mici, încât nu reuşesc să dea afară materiile străine, nu se mai poate îmbunătăţì nici mistuirea.

Şi acì trebue să amintesc de ştiinţa fizionomiei [1]). Ne dă mijloc sigur de a aflà cu mult înainte dropica,

[1]) Vezi Louis Kuhne.

când nu se poate socotì ca neînstare de-a se vindecà, ci din contră, prin cura noastră, se poate tămăduì neapărat.

Totdeauna numai prin practică se pot dovedì cele spuse, şi de aceea mai dau un caz interesant de o boală grea de inimă, legată cu dropică şi lepră.

Acest caz s'a întâmplat unui domn J. F. R., din Batavia, insula Iava. Făcuse export 42 de ani, şi care în acel timp fu deplin sănătos, după spusa lui, deşi a fost bolnav de friguri câteodată, şi-l dureau uneori ochii. A mai avut nişte răni la picioare. Pentru noi, aceste fenomene arată că trupul nu-i erà sănătos, ci încărcat rău cu materii străine. Şi acestea se aşezau când la o parte, când la alta a trupului, şi fermentau acolo în clima tropicală mai curând decât la noi, dând o boală acută.

Celece au urmat dau o dovadă limpede că aşà a fost. In Noembrie 1879, căpătă după urechea stângă o umflătură, care s'a tămăduit, adică s'a înăbuşit cu medicamente, iar materiile stricate le-a trimes în trup. De aceea s'au arătat sub altă formă, i s'a umflat foarte tare un deget, şi a daf mult puroiu afară, c'o bucăţică de os.

Abià i s'a vindecat degetul, şi a început să aibă o curgere de sânge din mate, care arată că sunt înlăuntru noduri de emoroizi. N'a trecut mult şi i s'a deschis o rană la piciorul stâng, care a stat multă vreme şi-a zemuit.

Ii erau picioarele şi mâinile reci, sudoarea rece, adesea aveà friguri, ceeace arătà o boală mai adâncă.

---

1) Vezi: Louis Kuhne, Ştiinţa fizionomiei. Ştiinţa unei cercetări nouă a bolilor, prelucrată pe temeiul propriilor cercetări şi descoperiri. Cu multe ilustraţii în text. Apărută în limba germană, engleză, spaniolă, română, daneză şi indiană, (locală). Preţul ediţiei a 12-a germană 7,50 lei broşat; legat elegant 8,75 lei. Editura Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Ediţia românească apărută în editura lui *Dr. Toma Simionescu*, Bucureşti, str. 11 Iunie, 7. Preţul lei 50 broşat; elegant legat lei 120.

In Februarie 1882 avu friguri puternice, cari ţinură mai multe zile. Aşà că doctorul de casă, care îl credeà lepros, îl trimise în Europa. D-l D. plecă la 13 Aprilie 1882 dela Batavia, şi consultà pe profesorul J., în Bassel, care constată o aprindere a sângelui şi-l trimise la băile din Tölz, în Bavaria de sus, la dr. St. In vremea curei de acolo i se făcu la braţul drept o pată roşie, care cu toate frecăturile cu sublimat nu se trecu. Deşi după această cură se simţi cevà mai uşurat, totuşi toamna i se făcu mai multe pete pe trup. Frigurile erau şi mai tari. In Aprilie 1883, plecă îndărăt în Batavia.

Acolo îi trecură petele după o asudare puternică. In Maiu îl apucară bătăi de inimă cu friguri puternice. Doctorul îl trimise iar în Europa şi în Maiu 1885 venì pe mai multă vreme.

Deci e vădit că tratamentul d-lui R., nu alungase din trup pricina răului, dovadă, izbucnirea din nou a boalei. In clima rece din patrie, boala sta într'o stare ascunsă pe care o sufereà mai lesne şi arareori aduceà stări acute. Dar, îndată ce mergeà în clima fierbinte, îl apucà din nou, aşà că d. R., şi doctorul său credeau că liniştea aceasta e vindecare din pricina climei.

După venirea sa în Europa se aşeză la băi în Friburg, făcând cura dată de doctorul său şi de dr. N., consilier intim de curte. Toamna se arătară iar petele roşii pretutindeni pe trup şi mai multe decât în 1882, semn de încărcarea trupului. Fiindcă erupţia semănà a scarlatină şi toate celelalte fenomene erau bolnăvicioase şi neînţelese, doctorii îi spuse că trebue să aştepte totul dela natură, căci după băile de sare dela Rhehenfeld, în 1886, i-a fost şi mai rău. Boala erà cronică. Dar durerile trupeşti începură a înrâurì şi asupra sufletului. Erà în starea acelora cari caută în zadar ajutor pretutindeni şi începe a-i muncì *melancolia*, gânduri negre, descurajare, toropeală şi *desgust de vieaţă*. Nu e minune ca bolnavul, care până în 1888,

s'a căutat fără de folos cu cei mai mari doctori, erà desnădăjduit. Acest bărbat plin de nădejde, ajunsese un bătrân ruinat.

Treburi grabnice îl chemară pe d-l R., din nou în Batavia la 19 Ianuarie 1889. Boala îi erà atât de cronică, încât căldura tropicală, care cu trei ani înainte îl făceà să asude, acuma numai foarte puțin lucrà asupră-i. Când a ajuns în Batavia, boala iar s'a făcut acută. Au început dureri de inimă și mai tari. Puterile îi scădeau din ce în ce și căpătase apă la picioare. Doctorii hotărâră că boala lui este *lepră.*

Fiindcă doctorii din Europa spuneau că au găsit bacilul leprei în sânge la bolnav în mare câtime și interesul sănătății publice, și de teama molipsisei, îl sfătuiră să plece în Europa ca să nu-l închiză ca pe alți bolnavi. Așà că plecă iar d-l R., la 9 Decembrie 1889 în Europa.

Tovarășii de drum nu credeau că mai ajunge viu la Geneva. Aerul mărei îi ridică puțin puterile și ajunse iarăș, în Europa. Starea acută se prefăcu iar în cronică. Doctorii din Frieburg spuneau că n'are leac.

In vremea asta de durere, un prieten al său, W., din Lipsca, cu care fusese îndelungă vreme în Iava, îi vorbì de metoda mea de vindecare. La 20 Martie 1890 venì în Lipsca și la 24 începu tratamentul meu, nu prea cu încredere.

Mersul boalei d-lui R., e pentru adeverirea teoriilor mele un exemplu minunat și întărește știința fizionomiei. Din fericire i-am luat fotografia înainte de cură și după cură. Trupul său erà cu totul schimbat din pricina materiilor străine. Gâtul gros aveà gușă. Nu se prea vedeà, fiind și el vârât în trunchiu. Nu se vedeà despărțitura gâtului. (Fig. 1). Pe frunte erà o umflătură mare de 2 cm. Ochii nu mai vedeau, capul cu umflături de materii străine. Piciorul drept, în mijlocul pulpei, aveà cangrenă, tot așà piciorul și încheetura genunchiului; asemenea și mai sus aveà apă. Așà că d. R., purtà numai cu greu piciorul. Depozitele de ma-

terii străine din trup erau multe în trunchiu, ca şi la gât şi cap. Mistuirea erà rea. Maţele şi rinichii lucrau cât se poate de neregulat. Durerea de inimă nu-l lăsà zi şi noapte. Frica şi înăbuşirea erà tovarăşul său zilnic. Mâinile şi picioarele reci ca ghiaţa şi vinete.

Indată ce începu cura mea, îmbunătăţirea nu întârziè să se arate. Mistuirea i se îndreptă. Scaunul care-l aveà numai cu clistire, dela a treia zi începu regulat, împreună cu urinarea. Urina înainte limpede, începu a fi turbure şi albicioasă, vădit încărcată cu o

Fig. 1.

Fig. 2

mulţime de materii străine. Chiar de-a doua zi se simţi mai uşurat şi mai vioi. Se vedeà schimbarea vădită a trupului pe dinafară, procesul curăţirei i se făcu neaşteptat de repede.

Interesant erà acum cangrena de 4 ţoli de lată, întâiu a fost cafeniu închisă mai târziu vânătă-roşie, pe delături la pulpă, apoi s'a oprit în formă de apă, iar piciorul se umflă. Piciorul drept ajunsese la urmă la o grosime neobişnuit de mare.

Acest lucru erà pentru schimbarea şi puterea de descompunere a materiilor străine, foarte de luat în seamă.

A fost grea criza care a venit peste bolnav, dar puterea de vieaţă îi veni în ajutor. Deşi nu se puteà mişcà mult, totuşi asudà după băile mele la părţile cu idropică, semn că lucrà trupul bine. In patru săptămâni i se duse toată apa din trup, de acì înainte vindecarea merse neînchipuit de repede. Zilnic se simţeà mai bine şi mai întinerit. In patru luni, câteva crize de vindecare i-au schimbat cu totul arătarea, încât nu se mai cunoşteà. (Fig. 2). Durerile de inimă şi idropica încetară şi, în adevăr, s'a vindecat. In locul silei de vieaţă, căpătase curaj şi voinţă.

Această izbândă a curei n'au crezut-o în Batavia. S'a zis că bolnavul numai atunci va aveà voie să vie în Batavia, când nu va mai aveà bacilii leprei.

Pentru aceasta s'a arătat d-l R., la Hamburg, la cei mai vestiţi specialişti în lepră, cari îl căutaseră şi înainte ca să-l cerceteze de baccili, şi, după 4 săptămâni de cercetare, s'a căpătat răspunsul îmbucurător că nu mai are baccilii leprei. Şi azi d. R., care s'a întors în 1899 la Iava, se află sănătos şi nici un semn de boală nu i-a mai venit.

Deci, acest caz aduce o dovadă straşnică pentru ştiinţa şcoalei medicale, cu diagnoza şi tratarea ei. Deci încă pe unul, aruncat de cei în drept de-a se vindecà, l-am vindecat eu şi dat sănătos familiei şi prietenilor.

BOLI DE MĂDUVA SPINĂREI. USCAREA MĂDUVEI SPINĂREI. HEMOROIZI (trânji)

Trebuie bolire îndelungată înainte de-a izbucni boala măduvei. Cu ani înainte, totuşi poate ştiinţa fiziognomiei vedeà şi arătà pricina aceste boale, care dovedeşte o încărcare bolnavă a nervilor. Hotărîtoare sunt *poluţiile*[1]), cari se văd, fie că bolnavul e însurat, ori nu.

Dar poluţiile înseamnă o inflamaţie cronică a nervilor măduvei spinărei şi a nervului simpatic, pricinuită printr'o încărcare a spetelor. Această stare de aprindere, sporind mereu face nervii din ce în ce mai neînstare a lucrà, încât bolnavul nu mai este stăpân pe picioarele sale.

Intâiu îi sunt picioarele slabe. Pe lângă poluţie mai sunt şi alte îngreueri de boală. Mulţi bolnavi simt în jurul burtei ca un fel de cingătoare care-i strânge.

Intr'o stare mai înaintată vin dureri fulgerătoare ori chiar mai lungi (dureri de nervi) şi aşà numitele *dureri de ursită,* lovituri dela ele, cari sunt foarte dureroase.

Durerile măduvei spinării se arată foarte felurite : In încărcările de-o potrivă ale măduvei spinărei se mai arată şi alte boli, *dantul sfântului Veit* (Saint Gui).

In stările înaintate, aşà numitele stări de pe urmă,

---

1) Slobozire de sperm în vis.

abiă se mai poate aşteptă vindecarea. In asemenea cazuri tot e bine dacă putem tăiă bolnavului durerile. Aceasta se face în scurt timp, dacă se îmbunătăţeşte înlăuntru, somn şi poftă de mâncare.

Metoda cea nouă de cercetare, ştiinţa fizionomiei ne dă chip să nu aşteptăm această stare de pe urmă a boalei, ci să începem căutarea cu mult înainte, căci niciodată nu poate fi prea cu mult înainte.

Atunci bolile măduvei spinărei sunt lesne de vindecat, ca multe boli nebăgate în seamă.

Dacă însă s'a căutat întâiu cu medicamente, vindecarea e mult mai grea. O casă aprinsă cu pălălae nu te mai încerci s'o stingi, îndată ce focul e prea întins.

Multe boli ale măduvei, am avut în căutare, dar n'am putut să le vindec pe toate. Mulţi au trebuit să se mulţumească cu o îmbunătăţire, cu o îmblânzire a stărei lor jalnice. In aceste cazuri eră vorba de acei cari, prin întrebuinţarea medicamentelor, vreme de ani de zile, şi-a paralizat puterea de vindecare a trupului, aşă că chiar cura cea mai îngrijită numai puţin le poate ajută. Pentru luminarea celor spuse o să dau câteva pilde din practica mea.

Intâiul caz e al unui tânăr, care eră greu bolnav de măduva spinărei şi eră paralizat la amândouă picioarele. Vreme de un an de zile, a întrebat pe toţi specialiştii, fără să capete vreo îmbunătăţire. Nu puteă face nici cele mai uşoare mişcări cu picioarele şi nu mai puteă sta în picioare, cu toată tinerţea, eră de 24 ani. Neputincios, sta în pat ori în cărucior.

Mistuirea eră foarte proastă. Numai aveă aproape scaun dela sine, urina eşiă fără ca bolnavul să simţă. Când îl puneau în trăsură, trebuiă să-i aşeze picioarele.

In tratamentul meu, i se făcură zilnic patru băi de şezut cu frecături pe zi. Mâncă numai lucruri uscate.

In luna întâia de cură abiă se simţi ceva îmbunătăţire, fiindcă mistuirea nu se îmbunătăţeă; în luna a

doua a mers mai bine, după alte două luni puteà ţineà urina, şi picioarele şi le puteà mişcà puţin; cu ajutorul păzitorului puteà stà. După 9 luni de cură, ajunsese atât de departe, că umblà puţin prin casă, cu ajutorul servitorului.

După alte două luni de cură, erà, în sfârşit, stăpân pe picioarele sale. Boala de măduvă, pe care o aveà din pricina fierbinţelei din lăuntru, făcută de adunarea materiilor străine, s'a înlăturat şi tocmai pe aceeaşi cale, pe care am căpătat atâtea vindecări.

Acest caz arată limpede cât e de greu la o încărcare din spete a căpătà vindecare. La începutul curei eu singur nu credeam, că voiu puteà reuşì măcar să îmbunătăţesc boala, din pricină că mistuirea erà aşà de proastă, şi nu vrea să se îndrepte.

Numai stăruinţei lui se datoreşte vindecarea. Dacă bolnavul ar fi venit mai de timpuriu la mine, nu ajungeà la aşà slăbiciune a picioarelor şi vindecarea ar fi fost mult mai repede.

Foarte plin de învăţătură este cazul al doilea care îl dau mai la vale.

Un domn de 47 de ani, sufereà de ani de zile de uscarea măduvei spinărei şi n'a găsit nicăeri vindecare ori îmbunătăţire. Abià mai puteà omul umblà. Adesea l-au lovit dureri fulgerătoare şi a avut îndoituri de şale.

Dormeà puţin şi ades zile şi nopţi nu închideà ochii; mistuirea îi erà turburată, starea întreagă rea. In cele dintâi luni de cură i-a fost bolnavului mai bine; i-a încetat nesomnul, şi mai ales toate durerile. Şi mistuirea i se îmbunătăţì, dar nu încetă slăbirea picioarelor. Totuşi el credeà că n'a căpătat nici o îmbunătăţire; nesomnul şi durerile le credeà boli deosebite şi că n'au a face cu boala măduvei. Fiindcă îi erà greu să ţie dieta mea, a părăsit tratamentul după zece luni.

Starea i se înrăutăţì şi ajunse desnădăjduită.

Acest bolnav trebuià să socoată ca îmbunătăţire, că în timpul curei nu numai nu i-a fost mai rău, ci toate

fenomenele grele însoţitoare ale stărei lui, încetaseră în scurt timp. Dacă ţineà cura mai îndelung, i-ar fi trecut pe încetul şi celelalte.

Alt caz de oftica măduvei. Vezi la Partea a IV-a. (Despre cure).

Boala de emoroizi (trânji). Impreună cu oftica măduvei şi cu încărcarea foarte mare a spetelor, merge mai ales şi boala de emoroizi, care se întemeiază pe aceleaşi pricini ca şi toate celelalte, o aprindere mare sau friguri în pântece. Se înţelege că la asemenea bolnavi, mistuirea e foarte neregulată.

Formarea nodurilor în partea de jos a maţului, arată o încărcare, şi e mărturie că puterea de vieaţă a bolnavului este mică.

Şi acì voiu aduce pilda din practica mea.

Un tânăr de 17 ani, care suferise în copilărie de mistuire rea, venì la ceasul meu de consultaţie. Cum îmi povestì, dela vârsta de 11 ani, capătă noduri hemoroidale, şi îl supărau mereu. Din pricina aceasta aveà dureri de cap grozave, împotriva cărora nu-i ajutà nimic. La urmă căpătă noduri şi la ceafă, mari cât alunele, şi toată forma capului i se schimbă.

Se vedeà limpede că proporţiile capului către trup se schimbaseră, oricine vedeà că trebuie să fie ceva în cap, ce nu trebuià şi care înainte nu erà. Nimeni nu presupuneà că emoroizii de mai înainte din pântece, acuma erau mult mai tari şi mai grămădiţi la cap. Pentru cunoscătorii ştiinţei fizionomiei erau fenomenele lesne de cunoscut. De aceea durerile de cap erau semn sigur al unei pricini mai adânci. Din nenorocire, nu le-a cunoscut nimeni.

Şi mama, îngrijată vedeà la fiul său, la această vârstă, boala de care bărbatul său murise la 30 de ani. Nici un leac nu foloseà. Tot mai tare creşteau durerile de cap până ce tânărul nu mai puteà lucrà nimic din pricina durereì de cap. In această stare rea l-a adus maică-sa în tratarea mea. Din pricina în-

cărcărei la spate eră amenințat de-o *aprindere de creeri.*

I-am dat dietă aspră, băi de șezut cu frecături și mișcare multă. A urmat întocmai, și i-au dat rezultate bune. In cele dintâiu săptămâni, au încetat aproape durerile de cap. Numai când se topeau nodurile dela cap, aveà dureri trecătoare. Mistuirea și gustul de mâncare i se îmbunătățise. O scădere a nodurilor, ce aveà pe din afară la cap se vedeà pe la sfârșitul lunei a doua dela căutare. Totodată scădeau și cele din lăuntrul capului și capul se tot micșorà. In timp de alte două luni, nodurile mai scăzură încă, iar la isprăvirea unei jumătăți de an, nu se mai vedeà nici urmă din ele.

Deodată însă se păreà că se arătà o înrăutățire în starea bolnavului. Mama sa îmi spuse că băiatului îi eră cam rău de câteva zile, căci hemoroizii de cari scăpase acum câțiva ani, iar îl apucaseră ca înnainte vreme.

I-am arătat mamei îngrijate, că fenomenul acesta nu puteà fi înlăturat. Că nodurile dela cap veniseră de aoclo, și acuma s'au întors îndărăt. I-am spus, că băiatul ei a scăpat de *meningită tuberculoasă* prin această criză de vindecare. Și acuma trebuie vindecată și boala hemoroizilor înainte mergătoare meningitei. Această lămurire a ușurat pe doamnă și a urmat înainte cura cu cele mai bune rezultate. Peste un an s'au vindecat de tot și emoroizii, iar tânărul s'a însănătoșit.

Vezi despre cură la partea IV-a.

EPILEPSIE, FRICA DE LOCURI GOALE

Această boală gravă, care se numeşte epilepsia, este urmarea altor boli trecute, dar înnăbuşite ori e din pricina moştenirei dela părinţi, cari în tinereţe au avut boli lumeşti. La urmă stă lucrul aşă: au înnăbuşit bolile lumeşti cu medicamente, şi s'au făcut depozite de materii străine în trupul părinţilor. Dând materii de acestea la copii, acestea sunt pricina bolei de mai sus.

In practica mea am tămăduit repede multe cazuri de epilepsie. Multe cazuri de epilepsie sunt nici mai mult nici mai puţin, decât din pricina fermentărei repezi a materiilor străine din pântece. La unii epileptici se face această fermentare, se coboară mai întâiu la picioare, şi, după asta se ridică la cap. La alţii se repetă lucrul de mai multe ori, şi de câte ori se urcă la cap pierd conştiinţa şi cad. Se poate asemănà acest lucru din trup cu erupţia unui vulcan, în care gazurile interne izbucnesc afară. După ce s'a întâmplat o izbucnire, este câtva timp linşite, până ce prin arderea năuntrică prin combinări şi descompuneri ale sâmburelui pământului, se întâmplă altă izbucnire, tot aşà se întâmplă şi cu accesele de epilepsie. Se face în pântece o încărcare anumită cu materii străine, cari prin fermentare înceată, prin desvoltare de gazuri şi întinderea acestora, izbucneşte în sus. Fiindcă grămada încărcărei cu materii străine este închisă, apasă mereu

prin fermentare şi face explozie îndată ce apăsarea este prea mare, aduce cârcei şi, prin apăsarea asupra creerului, îi împiedică lucrarea acestuia. Indată ce fermentaţia se împuţinează, şi prin acesta şi apăsarea, conştiinţa, vine iar. Trupul, după asemenea crize grele, se simte slăbit.

E de plâns că şcoala medicală n'a putut vindecà până acum epilepsia şi nici măcar să-i afle pricina. Se crede de obiceiu că boala e curat nervoasă, şi nici nu-i vine a presupune că toate fenomenele ciudate ale boalei sunt lucrarea ei şi rodul unei ştiinţi rătăcite cu poveţe higienice greşite şi-a întrebuinţării unui medicament protivnic (bromură de potasiu), împotriva bolilor

Vindecarea epilepsică este deosebită după starea de încărcare a celui bolnav. La unii încetează accesele aproape îndată după începutul curei, la alţii însă sunt la început ceva mai dese. Odată cu schimbările în trup se întâmplă des asemenea fenomene trecătoare, dar trec pe încetul ori deodată, îndată ce încetează încărcarea.

Ajungem deci la încheere, că vindecarea epilepsiei atârnă dela starea de încărcare a bolnavului. Aproape în toate cazurile este cu putinţă vindecarea prin metoda mea. Numai acolo merge foarte încet ori nici nu se poate, unde starea bolnavului e prea cronică şi trupul mai ales la mistuire, este prea în rea stare din pricina întrebuinţărei medicamentelor cu bromură.

In asemenea cazuri, boala a făcut în nervi şi creer asemenea stricăciuni încât nu mai e vindecare. In stabilimentul meu, am avut cazuri la cari au trebuit ani de cură foarte aspră, până ce au încetat spasmele. Dar să nu se creadă că, dacă au încetat spasmele, s'a isprăvit şi încărcarea bolnavului. Adesea depărtările încărcărei cere vreme îndelungată.

Numărul şcolarilor epileptici în Spania la sfârşitul anului 1889 erà de 795 sau la 10.000 de şcolari 13,6.

E deci în interesul sărmanilor bolnavi, a le aduce la cunoştinţă lucrarea metodei nouă de vindecare fără operaţii şi fără medicamente.

Trebuie să dau acì o pildă ca să se înţeleagă mai bine tratamentul.

Bolnavul erà o fată de 19 ani, care sufereà de şase ani de epilepsie. Aveà în fiecare săptămână cel puţin două atacuri. Mistuirea erà cât se poate închipuì de rea. Menstruaţia neregulată.

Niciodată dela arătarea regulelor, nu fuseseră nici la vreme, nici cât trebuie, treceau luni fără să-i vie.

Foarte galbenă şi ameninţată de oftică, după ştiinţa fizionomiei. Aveà pe lângă asta, capul prea mare. Incolo, încărcarea nu erà aşà de primejdioasă, încât am putut să-i făgăduesc urmare bună. Că în cele dintâiu 14 zile, atacurile se vor înmulţì, pe urmă slăbind, vor încetà, i-am spus dela început, ca să nu le ia drept nesuccese. Mijloacele mele naturale de vindecare nu m'au dat de greşală. Băile de abur, ca în toate cazurile de epilepsie, nu trebuie întrebuinţate şi nici fetei nu i s'a făcut. Peste trei săptămâni, bolnava a fost scăpată de orice atac.

După cum am prevăzut, aşà a fost mersul curei. In cele dintâiu zile, aveà două-trei şi chiar mai multe atacuri. După 16 zile se împuţinară, prefăcându-se în leşinuri, slăbiciune şi rău la inimă. La urmă, au încetat cu totul. Intre altele, isbânda a fost aşà de repede, fiindcă mistuirea s'a îndreptat nespus de repede, şi menstruaţia s'a făcut normală. Dar să nu se creadă că în fiecare caz e cu putinţă vindecarea, aşà repede s'a putut, mulţumită mistuirei bune şi unei încărcări nu aşà primejdioasă.

Altor epileptici căutaţi de mine, le-a trebuit îndoit, întreit şi chiar şi mai mult timp.

Vezi curele la partea IV-a.

Frica de locuri goale, este când bolnavul nu se poate uità pe un loc slobod. Acastă boală este din pricina unei încărcări cu materii străine şi se poate explicà aşà:

Apăsarea din năuntru a trupului nu se împotriveşte destul la apăsarea dinafară, ori apasă prea tare asupra unor organe interne. Cu cât aerul e mai curat, cu atât le e mai rău acestor bolnavi. Am avut bolnavi în tratamentul meu, cari, în starea aceasta, umblau lipiţi de case.

Dacă nu, erau gata să cadă jos. Aceasta-i din pricină că aerul în unele locuri este mai greu şi mai des decât în mijlocul străzei.

E vorba neapărat, numai de foarte mici deosebiri de desime, dar ei le simt.

Dacă aerul este mai curat şi mai slobod, bolnavii se simt descurajaţi şi foarte îngrijiţi. Din pricina apăsărei interne sunt fără putere.

Şi această frică de locuri goale, este ca şi tuberculoza şi cancerul, întâiu o urmare a altor boli, fie că vine direct, fie indirect, ca moştenire. Vindecarea atârnă de încărcarea bolnavului, o tămăduire radicală se poate numai prin metoda mea, care înlătură pricina. De bună seamă cum este dese ori plictisitoare de lungă.

să fie cu desăvârşire acoperit cum e la naşterea pruncului bărbătesc, şi să nu poată fi atins; cu dreapta se spală cât se poate suportă cu apă rece vârful prepuţului (pielei de pe capul membrului bărbătesc), ţinută între cele două degete, cu o cârpă cât mărimea unei batiste de iută ori de in.

Dela păzirea amănunţită a acestui fel de lucrare atârnă foarte mult. De aceea îndemnăm pe cei cari nu se pot lămurî deajuns în această privinţă, *să-mi ceară sfaturi amănunţite,* ca să nu piardă timp şi să aibă osteneală zadarnică ori să-şi facă vreo daună.

Bolnavii cari au aprindere în trup ori locuri cangrenoase sau la cari boala cronică ascunsă s'a prefăcut în acută, inflamaţia năuntrică se coboară repede, adesea dela întâile băi, la partea unde se face frecarea ori în apropiere. Nu e lucru rău.

Voi vorbì de el pe larg în partea II-a, la capitolul despre rac.

Nu trebuie să se sperie de acest lucru şi să urmeze băile mai departe, numai să frece mai încet c'o cârpă mai moale.

In unele cazuri se capătă lucrare şi mai repede cu aceste băi şi apa să fie de trei degete mai sus peste scăunel, dar atunci temperatura apei să fie dela 14° la 18° R. sau 17°,5—25°,5 C. Scaunul e acì cam în apă, spălarea se face tot cum s'a spus mai sus.

Unii sunt nedumeriţi de ce anume această parte a trupului am ales-o pentru aplicarea băilor şi nu alta. Pricina e că nici una nici alta nu împlineşte condiţiile acestea. In nici un loc din trup nu sunt mai multe capete de nervi însemnaţi împreună. Sunt acì mai cu seamă nervii măduvei spinării şi ai *nervului simpatic,* cari sunt nervii principali din ventricel, şi cari, prin legătura lor cu creerul, au o înrâurire asupra sistemului nervos întreg al trupului. Numai prin părţile genitale se poate înrâuri asupra organismului întreg.

Aşà zicând, acì este rădăcina arborelui vieţii. Prin

spălături reci, nu numai că împuţinăm fierbinţeala năuntrică, dar întărim şi nervii, puterea de vieaţă din tot trupul, chiar din cele mai mici părţi, va sporì cât mai mult. Nu e aşà numai când nervii sunt tăiaţi prin vreo operaţie.

Cumintele, când nu se va teme de-o încercare practică, va trebuì să înţeleagă că o bae de şezut cu frecături, aşà cum am rânduit-o, întruneşte toate condiţiile pentru însănătoşirea funcţiunilor trupului; dar un lucru foarte însemnat de luat aminte e că baia de şezut cu frecături, care a adus ajutoare, este menită *numai pentru bolnavi.* Cine ştie la ce chinuitoare şi neplăcute şi ruşinoase lucruri supune medicina oficială trupul, va privì cu ochii lipsiţi de prejudiţii, întrebuinţarea băei de şezut cu frecături. Ruşinoşie nu are acì loc, când este vorba de a aduce uşurare bolnavilor, şi a le da ajutorul dorit. La sănătoşi, baia de şezut cu frecături nu are nici o lucrare şi pe aceştia nu-i sfătuim s'o facă. O găsesc curând plictisitoare, pe când bolnavilor le place s'o prelungească mai mult de cât trebuie.

Şi în această împrejurare trebuie să vedem năzuinţa naturei de a echilibrà silinţa care nu se dă pe faţă, cum greşit, cred atâţia, nu numai în fenomene fizice, ci şi în schimbarea regulată a temperaturei trupului după cea din împrejurul omului. Este acea trecere a temperaturei din lăuntru în afară şi din afară în lăuntru, numită nu pe nedrept curent electric. Dar ca şi la curentul curat fizic se presupune şi la acesta o anumită încărcare. Cu cât aceasta creşte de pildă într'un trup prins de friguri, cu atât mai rea va fi starea insului şi cu atât mai mult se va arătà boala. Ca o apăsare înăbuşitoare şi neplăcută a unui nor furtunos face încărcarea şi în trupul nostru. Ce pare mai firesc şi mai simplu decât a aduce acì prin frecături, echilibrare înţeleaptă? Trebuie o schimbare a temperaturei înalte în una mai joasă, o coborîre a prisosului, la nivelul potrivit. Mijlocul acesta pe lângă al-

tele şi baia de şezut cu frecături, care având în vedere cele arătate mai sus, trebuie făcută *numai cu apă rece.* Lucrarea ei este neînchipuit de bună şi în cazuri numeroase plină de reuşită. Unde ea nu ajută, acolo trupul şi-a pierdut puterea de vieaţă.

Trupul prea încărcat cu materii streine se poate asemănă cu o maşină ruginită, aşà că mistuirea micşorată nu poate scoate cătimea de hrană trebuitoare ca să ţie trupul în stare de a lucrà ca mai înainte. Atunci trebuie cătimi mai mari ca înainte şi neapărat şi aţâţătoare, ca să fie în stare de a lucrà neapărat; însă puterea de a mistuì merge scăzând.

Voim să întărim în trup puterea de vieaţă, vom reuşì numai prin mijloacele cari să îndrepte şi să întărească *mistuirea.* Cele mai bune mijloace cunoscute sunt, pe lângă mâncare potrivită, şi aceste băi descărcătoare.

Ele îndreaptă chiar şi cele mai rele mistuiri, cât se pot însă vindecà şi în timp aşà de scurt cum nu se poate prin alt mijloc şi lucrează în chipul cel mai natural.

Aceste băi scoboară căldura năuntrică, urcată din pricina frecăturilor între materiile pricinuitoare de boli. Dacă am vrea să luăm o pildă din vieaţa de toate zilele, să facem ca aburii ieşiţi dintr'o oală care fierbe să-i întoarcem la starea lor naturală, adică îndărăt în apă, am reuşì prin coborîrea temperaturei. Şi la materiile bolnave deci, la orice boală a trupului, este tot aşà. După urcarea temperaturei urmează boală.

Aceasta va încetà, când vor încetà condiţiile cari au pricinuit-o, deci prin răcorirea şi scăderea căldurei năuntrice.

Intocmai cum o maşină numai dintr'un singur punct o putem pune lesne în mişcare, mai tare ori mai încet, tot aşà puterea de viaţă din trup, numai dintr'un singur punct se poate înrâurì, acest punct e cel pe care l-am ales eu pentru facerea băilor de şezut cu frecături.

După aceste lămuriri, fiecare vede bine de ce caut prin aceleaşi mijloace durerile de ochi şi de urechi, ţinând seamă de inşi şi tot cu acestea caut scarlatina, vărsatul, holera, etc. Puterea de vieaţă a trupului întreg trebuie sporită şi nu e temut că vreo parte a trupului va fi mai înrâurită decât alta, dacă nu este stricat vreun nerv. Cum se dă pe faţă o putere de vieaţă mai mare, este aproape necunoscut celor mulţi, căci adesea s'arată sub forme protivnice aşteptării bolnavului. Se întâmplă că fumătorii după bae, nu pot suferi ţigara, şi, de aceea, cred că stomacul lor e mai slab, pe când e tocmai din potrivă. Inainte stomacul lor n'aveâ de loc putere să se împotrivească nicotinei, pe când acuma o are.

Fiindcă numai prin aceste băi se întăresc nervii trupului, capătă puterea de a alungà pe căile obicinuite materiile străine.

Pe lângă băile de şezut cu frecături, spre a alungà căldura din lăuntru şi a topì materiile străine, mai am şi *compresele cu pământ* pe vintricel, cari sunt foarte bune. La juliri şi zdreleri, sunt de asemenea bune.

Nimeni nu trebuie să creadă că prin aceste feluri de întrebuinţare, dar potrivite, cu băgare de seamă după fiecare ins, aproape toţi bolnavii se pot vindecà. Cum am amintit mai sus, *pot vindecà orice boală, nici decum orice bolnav.* Căci unde e nimicită toată *puterea de vieaţă* şi prin aceasta şi puterea mistuirii, unde unele organe sunt în parte ori de tot stricate, acest metod aduce *uşurare* durerilor cum nu aduce altq metodă, dar *vindecare* deplină este cu neputinţă.

Afară de asta sunt şi cazuri de boli grele, în cari băile mele se pot întrebuinţà numai foarte domol.

Câteodată trebuie chiar oprite cu totul pentru un timp! In asemenea cazuri grele nu trebuie să se întrebuinţeze metoda mea, fără a o cunoaşte mai adâncă. *Atunci e mai bine să mă întrebe prin scrisori ca întrebuinţarea curei să nu facă rău.*

Ce să mâncăm? Ce să bem? Ce e mistuirea?

Am văzut în cele spuse despre băile de şezut cu frecături şi în lămuririle despre puterea de vieaţă, că boala vine numai din pricina unei hrăniri greşite. Numai mistuirea rea aduce formarea materiilor străine şi deci boală în trup. Acuma întrebarea: „Ce să mâncăm, ce să bem", ne aduce la o chestie arzătoare.

E cunoscut pretutindeni că pentru a produce o putere electrică ori un curent statornic trebuie elemente anumite. Cu ajutorul unui acid, prin arderea sau prefacerea zincului şi a unei table de cărbune, se face slobodă puterea care înainte ţineà zincul şi cărbunele în forma lor.

Această putere se duce întâiu prin sârmă ca un curent negativ şi altul pozitiv, apoi o întrebuinţăm ca electricitate, făcându-i să lucreze unul asupra altuia. Dacă am voì în locul acestor elemente (zinc şi cărbune) să punem altele, cari sunt asemenea acestora ori cari sunt formate din aceleaşi părţi ori chiar zinc şi cărbune, dar sub altă formă, de pildă în praf, s'ar vedeà foarte curând că nu se mai desvoltă electricitatea, ori că puterea aceasta va fi foarte deosebită şi mult mai mică, deşi elementele acestea noi sunt în aceleaşi condiţii ca şi zincul şi placa de cărbune. Tot aşà se întâmplă cu puterea vieţei din trup, care e mai

mică, după cum alegem hrana. Ştim cu toţii că sunt de ale hranei unele prielnice trupului şi altele stricătoare. Dar unele fenomene se arată în chipul cel mai vădit în alegerea hranei noastre de căpetenie, aerul. Dacă iei unui om aerul şi-l cufunzi în alt gaz, numai pe câteva minute, va muri, fiindcă acesta nu-i poate ţineà puterea de vieaţă.

Mult mai încet şi mai puţin isbitoare sunt neajunsurile unei hrăni greşite. Acì depărtarea într'o hrană firească şi una otrăvitoare este foarte mare. Trecerea însă dela o hrană naturală la una protivnică e atât de mică, încât se poate greu băgà în seamă. Fiind însă că ştim că materiile străine pot intrà în noi numai printr'o mistuire rea, este datoria noastră a împiedecà hrana stricătoare şi mistuirea rea.

Să-mi daţi voie să vă mai aduc vreo câteva pilde scoase din practica mea, ca să vă lămuresc şi mai mult chestia hrănei greşite şi a mistuirei rele. Unul se tângue că, deşì mănâncă şi bea foarte puţin, se îngraşe din ce în ce. Acest om suferă de prea multă hrănire. Altul e slab, prăpădit şi uscat, după cât mănâncă ar trebuì să fie în altă stare. Hrana trece prin trup, dar acest nu-i în stare să se folosească. O cătime din acea hrană rămâne nefolositoare, ori aproape nefolositoare. Asta dovedeşte că numai trecerea hranei şì băuturei prin trup nu înseamnă mistuire normală, cum, din nenorocire, cred atâţia.

Aceşti doi inşi sunt două contraste. Cel dintâiu ne arată cum cu hrană şi băutură puţină se poate îngrăşà; al doilea cum cu hrană şi băutură multă se poate rămâne slab. Cu toate acestea, în ciuda părerii, într'a mândouă cazurile, pricina e aceeaş mistuire rea ori hrănire greşită. Înţelegem de ce un ofticos poate întrebuinţà mâncările cele mai întăritoare şi cele mai hrănitoare, după dânsul, fără ca trupul să i se hrănească bine. De asemenea nu ne vom mirà de lipsa de poftă de mâncare la inşi ce par voinici, dar sunt nervoşi.

După aceste lămuriri de cari s'a vorbit în capitolul despre puterea de vieaţă, ne va fi lesne a găsi chipul de a ne apără de hrană prea multă. Cititorul luător aminte va fi înţeles că nu ouăle, carnea, extractele, vinul, berea, cacao, cafeaua, ceaiul, etc., sunt cele mai hrănitoare pentru trup, ci acele cari se mistuesc mai lesne. Cu cât trupul preface mai lesne hrana ce i se dă, cu atât mai mult o va întrebuinţă pentru folosul său şi cu atât va fi mai dătătoare de putere de vieaţă. Aşà dar, cătimea puterii de vieaţă atârnă de mistuirea lesnicioasă a materiilor hrănitoare.

Dacă o mâncare e grea de mistuit, lucrarea trupului ca s'o mistue e mai lungă.

Oricine ia o hrană greu de mistuit, trebuie să nu mănânce alta, până nu s'a mistuit cea dintâiu, dacă vrea să nu-şi strice. Din nenorocire azi puţini fac aşà fiindcă obiceiurile noastre sunt protivnice unor asemenea *posturi.*

Azi abià nu se mai cunoaşte adevărata însemnătate a postului. Din nenorocire, omul nu mai păzeşte timpul de post hotărît de natură. Iarna, când are mai multă vreme decât vara, are şi mese mai bogate, ba găsim foarte răspândită părerea, că iarna trebuie să mănânce mai mult şi mai gras, ca să poată duce mai lesne la frig. E o părere protivnică tuturor legilor naturale. Adesea, foarte adesea, am văzut răul ce aduce mâncarea şi băutura multă iarna.

In natură vedem în această vreme pretutindeni un fel de post. Să luăm seama că şerpii postesc adesea săptămâni întregi, după ce au mâncat mult. Vedem căprioare şi iepuri săptămâni şi luni, mâncând foarte puţin şi cu toate astea biruind toate neajunsurile unei ierni grele şi friguroase. Dacă animalele acestea ar aveà iarna tot atâta hrană cât vara, fără îndoială că ar fi bolnave şi greu ar învinge gerul iernei. Frigul schimbă toate fermentaţiile, deci şi mistuirea, o cătime de hrană care în timpul verei se mistue lesne, pe

iarnă se mistue mai greu. Acì e şi pricina că animalele noastre domestice pe cari le hrănim în grajduri, sufer aproape regulat de hrănire prea mare şi nu mai pot suferì răceala şi asprimea iernei, la aer slobod, pe când animalele sălbatice birue chiar cele mai mari asprimi ale iernei, deci au o putere de împotrivire de care se ţine prea puţin seamă.

De pe cele spuse, vedem limpede că boala vine numai printr'un fel de hrană prea multă şi ne încredinţăm dela sine că nu e tot una *ce mâncăm, în ce formă e hrana mâncată şi unde o mâncăm;* pentru a înţelege mai lesne, voiu da câteva pilde.

Dacă mâncăm o supă fără mirodenii, ori bem apă fiartă, hrana asta ne pare fără gust şi rea. Cât de răcoritoare e dimpotrivă apa proaspătă, cât de întăritor un măr! Intocmai aşà e cu aerul ce sorbim: apăsător şi înăbuşitor într'o cameră, pricinuind chiar dureri de cap, când stau împreună oameni mulţi. Şi cum se simte de bine fiecare în aerul slobod afară?

De mare însemnătate e şi unde mâncăm. Ce mâncăm în cameră, căci mestecând mâncarea, amestecăm şi aer proaspăt în ea, iar acest aer proaspăt lucrează altfel decât cel stricat asupra mistuirei.

Cum am pomenit mai sus, mâncările cari se mistue lesne sunt mai folositoare trupului. O hrănire prea bogată sau o mistuire rea se întâmplă mai *greu* cu o mâncare lesne de mistuit. Deci este vorba să aflăm care mâncare e mai lesne de mistuit şi deci mai dătătoare de puteri.

Răspunsul la această chestie atât de mare şi de desbătută este, pe cât de simplu, pe atât de natural şi se poate rostì aşà.

Toate mâncările ce mâncăm neschimbate, *în starea lor naturală* se mistue mai lesne şi dau cea mai mare putere de vieaţă.

Toate lucrurile de hrană pe cari le schimbăm prin *fierbere, afumare, mirodenii, saramură* şi *oţet*, pierd

mistuirea lesne şi nu mai dau aceeaş putere de vieaţă ca hrană naturală, chiar dacă se pot păstrà mai mult.

Dintre toate mâncările fierte şi pregătite, acelea sunt mai *lesne de mistuit cele ce se pregătesc sau fierb mai simplu şi cari sunt mai puţin sărate şi mai cu puţine mirodenii.*

Hrănirea cu lichide ca: supe şi băuturi, bere, vin, cacao, etc., sunt mult mai grele de mistuit, decât mâncările tari pe cari trebuie să le mestecăm: băuturile multă vreme întrebuinţate aduc lărgire de stomac şi mistuire rea.

Acele materii hrănitoare cari ne sunt desgustătoare sub forma lor naturală, tot stricătoare sunt chiar dacă le hăcuim şi fierbem, de par bune la gust! Intâiu carnea face parte din acestea! Nimănui nu i-ar venì în gând să rupă cu dinţii dintr'un bou ori să mănânce carne de berbec crudă. Prin gătire însă ne înşelăm instinctul şi simţirea firească, dar niciodată nu se va puteà face să fie nestricător, ceeace e neplăcut instinctului nostru.

Pentru a înţelege mai bine ce e hrana naturală, mai am de spus următoarele:

Toate mâncările, când nu sunt tocmai coapte şi neîndestul de crescute, sunt mai lesne de mistuit şi mai dătătoare de vieaţă decât prea coapte. Din nenorocire oamenii cred că fructele necoapte sunt stricătoare sănătăţii, şi că face diaree şi disenterie. Greşala e mare. Firește, acel care s'a deprins cu mâncări de carne, când întâmplător mănâncă fructe crude, lesne poate să capete diaree. Pe de altă parte aceasta-i şi o dovadă de mistuirea repede a fructului. Orice hrană lesne de mistuit se preface mai curând prin fermentarea mistuirii decât mâncarea grea de mistuit. Dacă sunt în stomach şi mâncări mai grele ori mai puţin fermentătoare, înrăureşte fermentarea mai repede a fructului verde, încât intră şi ele mai repede în descompunere şi fermentare. In acest chip se întâmplă dia-

reea [1]) de care se tem atât. Asemenea diaree uşurează trupul în scurt timp de-o mulţime de materii streine, şi este, după cercetările mele, binefacere adevărată pentru organism.

Negreşit, onoraţii cititori ştiu cum câinii din pricina prea multei ingrijiri se îngraşă, şi adesea mănâncă iarbă, hrană care nu-i pentru carnivore. Instinctul câinelui îi spune că iarba, din pricina lesnei mistuiri, va ajută mistuirea greoaie a hranei prea grase.

Cine suferă de mistuire ori de stomach, să mănânce fructe necoapte în loc de coapte, până ce stomahul se va îndreptă încet-încet, ca să poată mistui şi fructe coapte.

Cum e cu fructele, tot aşă e şi cu celelalte mâncări, tot aşă şi cu grânele, după felul cum sunt pregătite, cum le mâncăm, şi greutatea mistuirii ; mai uşor se mistue ca boabe întregi. In orice caz fărâmarea boabelor dă dinţilor de lucru, dar tocmai mestecarea şi balele ajută mai cu seamă la mistuit. Fireşte, numai un om cu dinţii buni poate mâncă aşă grăunţele, unii nu pot de loc. Aceştia trebuie să facă crupe, şi să le mănânce. Crupele sunt pentru bolnavii grei, dacă starea lor îngăduie o hrană naturală puternică şi se întrebuinţează totdeauna unde stomachul nu poate încă suferi pâinea Graham. Atunci crupele împreună cu fructele crude fac minuni, şi dacă bolnavul mai este în stare de-a se lecui, se va însănătoşi repede. Sub formă de pâine de crupe numai sunt grăunţele aşă lesne de mistuit, ca în forma de mai sus. Dintre toate felurile de pâine, cea de crupe e cea mai lesne de mistuit.

---

1) Vezi *Louis Kuhne: Holera, vărsături cu diaree* şi alte asemenea boli. Căutarea şi vindecarea lor fără de medicamente. 25 Lei. Editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossdlatz 15/24.
Editura românească a Medicului Toma Simionescu, Str. 11 Iunie 7, Bucureşti, Lei 25.

La cele mai multe feluri de pâine iau din boabe numai partea albă, cealaltă se întrebuinţează în alte celea. Prin asemenea pregătiri se face o făină frumoasă dar întrebuinţarea pâinei făcută dintr'însa, îngreue trupul, face mistuirea mai anevoie decât boabele, duce repede la încuere, fiindcă îi lipseşte tărâţele, tocmai partea cea mai *însemnată* din grăunţe.

Vezi în privinţa aceasta: *Louis Kuhne, Creşterea copiilor, îndemn* către toţi părinţii, profesorii şi educatorii, publicat în limbele germană, română, olandeză, daneză şi ungurească. Preţul celei germane 65 bani editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Preţul ediţiei române, editura Toma Simionescu, Bucureşti, strada 11 Iunie 7, Lei 25.

● Ovăzul e hrană minunată pentru cai. Cât de însemnat lucru e forma sub care îl dăm cailor ne-o poate spune orice proprietar de cai. Dacă dăm cailor ovăzul amestecat cu paie, se mistue mai lesne, şi e mai hrănitor. Dacă îl dăm curat, curând se dovedeşte că se mistuie mai greu. Să le dăm alte grăunţe, grâu, secară fără de paie tocate, se va dovedì că sunt mai grele decât ovăzut. Mai bine iese la iveală mistuirea grea, îndată ce le dăm ovăzut curăţat de coajă. Caii se îngraşă mai tare, se fac greoi şi sufăr de încuere.

Mistuirea uşoară stă tocmai în coajă ori tărâţa boabei. Cu cât are mai multă coajă şi tocmai din această pricină e mai bun decât grâul şi secara.

Deşì în baliga calului se găseşte o parte de ovăz şi de paie neschimbate, nu trebuie de crezut că toate astea au fost numai o greutate de prisos pentru mistuirea calului. Ar fi înşelare mare. Această părută îngreunare îi trebue calului pentru a mistuì lesne ca şi miezul grăuntelui. *Natura ne dă hrana în forma cea mai lesne de mistuit.*

Şi pentru oameni e foarte însemnat lucru sub ce formă mănâncă hrana. Ades auzi zicând: „Nu pot mistuì fasole, mazăre, linte, prea fac gazuri". Dar de multe ori greutatea atârnă de felul cum le gătim. Sub

formă de piurele sau supă, trecute prin sită, cum mâncăm azi aceste legume, sunt grele de mistuit şi nu-i de mirat că îngreue. Mai ales sub formă de supă sunt grele de mistuit, căci supa merge în stomach *nemestecată* şi dela început este rău gătită pentru mistuire. Să luăm din potrivă tot atâta mazăre cât la supă, s'o fierbem cu puţină apă, încât când va fi gata să fie scăzută şi rămasă rotundă cum e dela sine.

Vom vedeà că vom puteà mâncà abià a treia parte cât am mâncat sub formă de supă. Mai departe vom vedeà că nu ne va face deloc gazuri, cătimea mică de mazăre mâncată cu coji cu tot, cum ne-a făcut ceeace am mâncat sub formă de supă. Vom vedeà că nu ne face greutate şi că ne întăreşte mai mult decât supa.

Îmi aduc aminte de un lucrător care silit de împrejurări, vreme de trei luni, mâncà numai câte o mână de mazăre crudă pe zi. Istoriseà această întâmplare din vremi grozave cu o plăcere nespusă, neuitând mai cu seamă că trebuià să ţie mazărea ceasuri întregi în gură ca s'o moae şi s'o poată mestecà.

Cu toată această hrană puţină, erà foarte sănătos. Pilda arată că mâncările în starea lor firească sunt mult mai hrănitoare.

Mai departe vedem că şi la chestia hrănii se adevereşte principiul naturei, cu mijloacele cele mai mici şi mai simple dă cel mai mare rezultat ! După cele spuse neapărat s'au încredinţat cetitorii că trebuie să ne păzim de prea multă hrană. Nu pot hotărî pentru fiecare om şi fiecare bolnav, cât şi ce trebuie să mănânce ca să se păzească de o hrană prea multă. Mai nu se găsesc doi bolnavi la care mistuirea să fie în totul la fel, de aceea nu se poate hotărî dinainte forma şi cătimea mâncărilor. Trebuie să vadă fiecare singur ce-i mai bine pentru dânsul. E deajuns să arătăm cari mâncări se mistuie mai lesne.

Despre mersul mistuirii în sine, şcoala medicală, de azi nu ne dă nici un punct de sprijin temeinic, chiar

descoperirile cele mari ale chimiei, cari s'au făcut cu ajutorul retortelor, cântarilor şi a altor aparate, sunt fără de folos pentru metoda noastră de vindecare.

Mistuirea se face în trup. Prin ea mâncările se prefac în alte materii, dar în trupul viu. Prin ea îşi însuşeşte trupul numai atât cât poate să-şi însuşească (asimileze). Toate mâncările, cărora noi, prin gătirea noastră, le atacăm puterea fermentătoare cu sare, zahăr ori fierte, se vor mistui mai greu. Asta înseamnă că se vor asimilà mai greu. Se va schimbà puterea lor de a se mistui, le va trebui mai multă vreme decât de obicei ca să ajungă la acel punct de fermentare trebuitor mistuirii, cu alte cuvinte vor zăbovì mai mult decât ar fi trebuit, deci vor fermentà mai mult în trup şi vor pricinuì o temperatură mai înaltă, căldura din năuntrul trupului pricinuită din această cauză duce la o învârtoşare a materiilor scaunelor şi la o înceată colorare a lor.

Mistuirea începe din gură cu îmbălşarea. Mâncarea dusă în stomach, unde se amestecă cu alte sucuri şi sufer alt schimbări. Din pricina acestora încep a fermentà şi se schimbă foarte mult. In maţe lucrarea aceasta e şi mai puternică, ajutată de alte sucuri. Ceeace nu poate întrebuinţà trupul se dă afară prin maţe, rinichi şi piele. Adesea vedem că animalele mistue oase, pietricele şi bucăţele de var, materii ce nu se pot de obicei mistuì. Le găsim în scurtă vreme mistuite. Dacă se cercetează escrementele nu găsim nici urme de oase.

Adesea vedem la om că stau mâncările opt zile şi chiar mai mult în canalul de mistuire. De acì prilej de fermentare neobişnuită. Gazurile, cari se fac la această fermentare şi cari nu trebuie trupului, se îndreaptă către piele şi ies sub formă de sudoare, iar pe de altă parte, sub formă de gazuri. Dacă voim ca vânturile acestea să nu aducă uscăciune mare trupului nu trebuie oprite cu nici un preţ.

Mistuirea este normală când escrementele sun ca-

fenii deschise, moi, se țin în una, fiind destul de dese și învelite într'o materie mucoasă, arătând lămurit vâscoșia sucurilor felurite ale mațelor.

In formă de cârnat trebuie să fie când iese din trup și așă ca să nu-l murdărească. Observăm la toate animalele sănătoase, acelaș lucru, tot așă trebuie să fie și la oamenii sănătoși. Capătul mațului gros este astfel făcut, încât excrementele dela o mistuire sănătoasă le dă afară fără să se murdărească. Hârtia higienică e o născocire *a oamenilor bolnavi, cei sănătoși* dela țară n'au nevoie de ea. Incă un lucru, excrementele niciodată nu trebuie să miroasă grețos și nesuferit.

Indată ce se ivește așă ceva, trebuie să scoatem încheere că în trup se petrece vreo fermentare nenormală. Aceasta duce în urmă la *încuere* și *învârtoșarea burtei.*

Excrementele tari și vârtoase se opresc în mațe și nu pot merge nici încolo, nici încoace.

Fermentarea năuntrică merge înainte. Schimbă forma excrementelor vârtoase, se fac gazuri și pricina de căpetenie din care gazurile încep să se răspândească prin trup. Apăsarea din lăuntru și încordarea din pricina fermentării le împinge spre partea cea mai dinafară. Impingerea dinăuntru, prin apăsarea materiilor fermentătoare, le grămădește spre părțile cele mai dinafară ale pielei. Dacă asta nu lucrează îndestul, se grămădesc sub piele. La urmă pielea lucrează tot mai puțin. E mai rece decât temperatura normală. Și vasele cele mai subțiri sunt atât de umplute și de pătrunse cu materii străine ; așă că sângele sănătos care singur încălzește pielea, nu mai poate străbate până la fața trupului. Urmarea va fi o temperatură rece în afară, și culoarea galbenă la piele.

De obiceiu pielea capătă coloare rece galbenă ca de leș. Mai pe larg vezi la capitolul despre anemie, dar se poate să fie foarte deosebită după felul sângelui. Mari cătimi de urină în sânge înroșesc pielea. De re-

gulă însă își arată starea bolnavă prin coloare galbenă, cafenie și cenușie. Temperatura rece din afară lucrează din potrivă decât căldura lăuntrică și face ca materiile gazoase din lăuntru să se întărească. Acestea, grămădite din pricina apăsării din năuntru și răcirii din afară, se grămădesc și umplu fața trupului. Se va întâmplà acea schimbare a formelor trupului, pe care o numim *încărcare*. Starea aceasta o cunosc de pe felul meu de cercetare, știința fizionomiei. Din această pricină se întâmplă toate durerile la cap, ca durerile de ochi, de urechi, de creer, boli la minte, etc. Prin cunoașterea acestor fapte se capătă răspuns la întrebarea cum să căutăm omenirea care suferă și se vădește nimicnicia și lipsa de rost a acestei direcții medicale care caută boală numai local. E minunat, ce se crede azi ca o mistuire normală.

Nu rare ori auzi: „Mistuesc foarte bine, pot mâncà atâtea și atâtea biftece, pot beà atâtea și atâtea pahare cu vin, fără să am vreun neajuns. Toate îmi plac, am poftă de mâncare foarte bună".

Putem primì partea din urmă, deși asemenea plăceri strică tot atât ca și fumatul zilnic a câte zece țigări. Tutunul e și rămâne otravă pentru trup, chiar dacă trupul poate răbdà nicotina. Trupul care trebuie să se lupte cu otrava nicotinei, suferă pagube în lucrările sale normale. Tot așà e cu mâncarea și cu băutura. Un stomach sănătos, nu poate primì nici cât de puțină cătime de mâncare nepotrivită. Indată arată prin greutate, apăsări, arsături, etc., că i se cere prea mult. Un stomach slăbit primește orice, adică nu mai are putere să se apere în potriva hrănei prea multe. Intr'un cuvânt, simțirea naturală a instinctului firesc s'a pierdut. La urmă mâncările ies nedeplin mistuite, și trupul nu-și ia partea trebuitoaree din ele.

Puterea hrănitoare a feluritelor mâncări, atârnă, spunem curat, *numai și numai de puterea mistuirii stomachului și de cea de a-și însuși ce-i trebuie trupului*, nu după așà numita cuprindere în materii. Supe

de grâu, fructe verzi, legume şi mâncări de făină, numai cu apă, fără untură, zahăr şi sare, sunt mult mai lesne de însuşit decât cel mai bun vin, cea mai scumpă carne, decât ouăle şi brânza.

Măcar că din astea din urmă au, după *analiza chimică*, aşà numitele materii din cari e alcătuit trupul, asta nu dovedeşte că sunt pentru noi hrana cea mai potrivită.

Trupul poate scoate materiile trebuitoare lui, arătate de chimie, din hrana cea mai simplă, cum sunt cerealele, bine mestecate şi înghiţite cu bale. Acestea se acreşc în stomach îndată ce ajung. Prin mistuire se schimbă în alcool, zahăr, etc., şi dau cea mai însemnată hrană pentru trup.

Trupul şi le va însuşì bine, fiindcă el însuşi şi le face. Acele părţi din grăunţe cari nu se pot asimilà, le va da afară din trup cu o formă şi culoare anumită.

Deşì nu vor să ţie în seamă dovezile aduse de mine, mulţimea bolilor cari neîncetat sporesc, nu arată vreo propăşire mare a ştiinţei medicale. Tocmai acest fapt ar puteà dovedì publicului ce a făcut medicina oficială. Câţi s'au lăsat amăgiţi de învăţăturile ei falşe, câţi au călcat legile naturale crezând că fac bine, drept şi cumineşte. Călcarea acestor legi se pedepseşte firesţe prin boli de tot felul.

Nu pot să mă opresc a nu da acì o scrisoare de departe dela un misionar foarte învăţat din Honolulu. Iat-o cuvânt după cuvânt: „Pământenii de acì, îna inte de venirea albilor mâncau numai *poi* (mâncare naţională în Honolulu, un amestec de apă cu rădăcini de taro pisată şi foarte hrănitoare), precum şi banane şi alte fructe; beau pe lângă astea apă curată. Deci trăiau natural şi erau adevăraţi uriaşi, plini de putere şi de vieaţă. Au venit „aşà zice scrisoarea mai departe“, Albii în ţară, au învăţat pe pământeni că numai carnea şi alcoolul dau putere, mai ales rachiul cugin. Nu a trecut mult şi s'a adus cea dintâiu viţă iar vânzarea alcoolului s'a lăţit „bine-cuvântarea“.

In istoria havaenă se spune care şefi au părăsit cei întâiu felul de vieaţă de mai înainte, la 16 Maiu 1818. In sfârşit a ajuns carnea de porc şi rachiul, mâncare şi băutură naţională, *dar cu ce urmări?* Acuma cei mai mulţi pământeni (Canaci) sufer de boli de piele şi de astmă, bolile lumeşti s'au lăţit grozav între dânşii, şi oamenii sunt aplecaţi la lepră, care găseşte la ei teren potrivit.

Deci vedem cum această schimbare de traiu a pământenilor, pe care le-a adus-o cultura aşà de mult lăudată, i-a îmbolnăvit. Această faptă ne arată încă odată, cât de falşă e teoria despre hrană a şcoalei medicale. In clima caldă dela tropice se vădeşte foarte limpede şi repede felul îmbolnăvirii, pe când în clima noastră rece schimbarea s'ar fi arătat mai încet.

Dăm acì o conferinţă a d-lui E. Hering, preşedintele societăţii vegetariene din Lipsca, spre a pune temeliile teoretice ale hrănirii celei fireşti.

Prin două organe luăm materii în trup prin plămâni şi prin stomach. Pentru amândouă natura a pus străji, pentru cei dintâiu e nasul, pentru cel de-al douilea e limba, dar, din nenorocire amândouă se pot înşelà şi stricà după cum arată experienţa îndelungă. Fără îndoială, aerul dela munţi este cea mai bună hrană pentru plămânii noştri, şi simţul mirosului se simte foarte mulţumit când ne urcăm pe ei. Cine trăeşte mereu în aerul acesta curat, aceluia îi e cu putinţă să stea ceasuri întregi în camere pline cu fum, de oarece simţul mirosului îl înştiinţează în fiecare clipă. Dacă stăm mereu în cameră, simţul se toceşte, pe încetul se deprinde mirosul atâta încât aerul stricat îi pare plăcut. L'au stricat şi trebuie câtva timp până să se desbare de această deprindere rea. Fiindcă sorbim aer câte 16—20 de ori pe minut, vedem ce urmări rele, grozave, trebuie să fie din pricina materiilor străine, şi deci mintea trebuie să-i ia locul, când mirosul, îşi părăseşte slujba.

Mult mai rău e cu limba, pe care începem de mici,

a o strică şi nărăvi şi care ajunge să mai fie cât de puţin vrednică de ascultat. E cunoscut cum se poate schimbă, gustul după deprinderi. Şi totuşi are mult afface, dacă luăm sau nu hrana potrivită trupului ; căci toate mâncările nenaturale cuprind materii cari nu trebuie să intre în trup, ca unele ce aduc cunoscutele pricini de boală. Să cercetăm lucrul mai cu deamănuntul.

Care e dieta potrivită cu natura noastră.

Acum nu ne mai putem încrede limbei şi instinctului, de aceea trebuie să facem altfel şi să scoatem încheeri sigure din alte celea.

Intrebarea în tot înţelesul face parte din ştiinţele naturale, de aceea vom urmà calea inductivă ori calea dela particular la general. Avem deci trei lucrări de făcut : 1) să adunăm observaţii; 2) să scoatem din ele încheeri şi al 3) să facem încercări.

Domeniul observaţiilor e foarte mare şi un om nu poate să-l cunoască în toată întinderea lui. Trebuie să ne mulţumim cu câteva escursii, cum am face ca să cunoaştem flora Germaniei.

Domeniul pentru aflarea unui fel de hrană e atât de întins în cât trebuie să ne mărginim dela început, căci altfel ar trebuì să cercetăm cum se hrănesc toate vietăţile. E deajuns însă dacă pentru a scoate încheeri şi a căpătà dovezi neîndoioase ne vom ocupà de animalele superioare.

Deci voiu presupune ştiute toate principiile asupra cărora suntem înţeleşi şi sunt scoase din experienţe ori sunt deplin dovedite.

Cele dintâi observaţii asupra fiinţelor vieţuitoare ne arată că trebuie numaidecât să se hrănească spre a trăì. Dar alegerea hranei lor e mărginită. Plantele carì cresc pe ţărmul sărat al mărei pier înlăuntrul ţărei; cele cari cresc în nisipul pietros din pustie, pier în grădini: cele căror le place pământul gras, se usucă în unul nisipos.

Foarte hotărât găsim acest fenomen şi la animale. Se pot împărţì după felul lor de hrană. Chiar popo-

rul ştie să împartă mamiferele în carnivore şi ierbivore. De sigur atâta nu ne ajunge nouă. Cercetând mai cu amănuntul, vedem îndată că trebuie să deosebim insectivorele de carnivore şi că mâncătoarele de plante se deosibesc, în mâncătoare de iarbă şi mâncătoare de fructe (erbivore şi frugivore). Afară de acestea găsim vreo câteva cari mănâncă de toate (omnivore). Observaţia trebuie deci s'o facem de pe organele cari slujesc la hrănire. Acestea corespund atât de sigur cu felul hrănirii, încât chiar de pe scheletul animalului se poate cunoaşte cum se hrăneşte. Vom cercetà mai ales *dinţii, canalul mistuitor, organele simţurilor* cari călăuzesc animalul la felul său de hrănire şi în sfârşit *hrana puilor.* Deci vom face patru escursii în domeniul mărginit în care vom închide observaţiile noastre.

Deosebim trei feluri de dinţi: câineşti, tăetori şi măsele. Tăetorii fiarelor nu sunt tocmai mari şi mai nu slujesc, pe când câineştii sunt foarte lungi. Intrec cu mult pe ceilalţi şi în rândul de jos e un loc anume unde să stea vârfurile lor. Sunt ascuţiţi, netezi şi puţin încovoiaţi.

Pentru mestecat nu sunt buni, dar foarte potriviţi la *apucat* şi *ţinut* prada. Ii numim la fiare dinţi de apucat prada. Pentru fărâmat carnea se slujesc de măsele, cari sunt cu colţi ascuţiţi. Colţii celor de sus nu se întâlnesc cu ai celor de jos, ei trec pe alături unii de alţii, aşà ca să despartă fibrele muşchilor. Mişcarea în lături a fălcei de jos ar împiedicà lucrarea măselelor, de aceea nici n'o au fiarele. De acì urmează că nu pot mestecà răşnit, de aceea vedem cum câinele neputând dumicà pâinea, o înghite aproape nemestecată.

La erbivore dinţii tăietori sunt foarte crescuţi, le slujesc să rupă iarba şi buruienile. Câineştii sunt de obiceiu strâmbi, şi câteodată atât de mari încât slujesc ca arme, de pildă la elefant.

Măselele sunt late şi numai pe delături cu smalţ.

Sunt potrivite pentru a *sfărâmă* şi *măcină buruenile.* Frugivore nu sunt aşà de multe. Cele mai însemnate pentru noi sunt maimuţele. La acestea găsim dinţii cei mai deopotrivă. Dinţii sunt aproape tot una de înalţi, numai câinştii ies puţin, dar foarte puţin, ca să poată slujì la acelaş scop ca şi la fiare. Sunt conici, dar sus trunchiaţi şi nu netezi, aşà că nu pot îndeplinì slujba de apucători. Vădit, sunt meniţi la o lucrare grea, şi se ştie că maimuţele fac adevărate minuni cu ei. Măselele acestor animale sunt învelite sus cu smalţ, iar falca de jos, se mişcă foarte bine într'o parte şi în alta, în dreapta şi în stânga, încât lucrarea lor se aseamănă cu a unei râşniţi. Mai e de însemnat că nici o măsea la ele nu are ridicături la partea de sus aşà că nu-s menite la mestecat carnea. Omnivorele din cari fac parte, în deosebi urşii au măselele late şi măsele cu ridicături ascuţite. Aşà le au şi câineştii fiarelor, căci n'ar puteà prinde prada, dinţii dinainte însă îi au asemenea cu ai frugivorelor.

Cu care din aceşti dinţi seamănă ai omului? Nu poate fi nici o îndoială şi se cunoaşte fără de greutate că seamănă cu ai frugivorelor. Câineştii omului nu ajung pe ai frugivorelor şi întrec cu prea puţin, ori de loc, pe ceilalţi dinţi, dar asta nu-i deosebire mare, ades s'a zis de pe câineştii că omul e alcătuit pentru a se hrăni cu hrană animală, dar încheerea ar fi adevărată numai dacă dinţii câineşti ai omului ar puteà împlinì acelaş scop ca şi al fiarelor şi dacă am aveà cel puţin ca ursul câteva măsele menite a fărâmà carnea.

Incheerile ce trebuie să scoatem din aceste observaţii sunt următoarele: Dinţii omului nu se potrivesc cu ai carnivorelor, deci el nu este carnivor. Nu se potrivesc nici cu ai erbivorelor, deci nu-i erbivor. Se potrivesc întocmai cu a frugivorelor, asemănătoare cu omul, deci este de bună seamă frugivor.

Incheerea greşită arătată mai sus ni se mai dă şi sub forma următoare: „După dinţi, omul nu e nici car-

nivor şi nici erbivor, dar stă la mijloc între amândouă, deci e între amândouă".

Cum că încheerea nu poate stă în faţa judecăţii logice, nu mai e nevoie de stăruit. Mijlociul e prea larg şi prea nehotărât spre a puteă să-l întrebuinţăm ca o dovadă ştiinţifică. Asta se poate numai în matematici.

Să facem a doua escursie în împărăţia bogată a observaţiilor, şi să cercetăm canalul de mistuire al animalelor. Carnivorele au stomachul mic, aproape rotund, iar maţele lungi de 3—5 ori cât trupul luat dela bot la rădăcina cozei.

Erbivorele şi anume rumegătoarele au stomachul foarte mare şi compus, iar maţele de 20—28 de ori cât trupul. La frugivore stomachul e ceva mai mare decât la carnivore şi au la maţele subţiri care poate fi socotită ca al doilea stomach. Maţele le sunt lungi de 10 până la 12 ori cât trupul. Se găseşte în lucrări anatomice că maţele omului sunt de 3—5 ori cât trupul şi deci că-i făcut pentru hrană animală. Ar fi să învinuim natura de o contrazicere prea mare, căci de pe dinţi omul pare a face parte din omnivore, iar maţele i-ar fi orânduite ca la carnivore. Dar nepotrivirea se desleagă lesne. Au luat ca lungime a trupului la om depărtarea între creştet şi talpa piciorului, uitând că pentru a fi comparaţia dreaptă trebuie să ia depărtarea dela gură până la sfârşitul spinării. Incheerea scoasă e înşelătoare.

Lungimea maţelor la om e după ins, dela 5 la 8.5 m., iar lungimea dela gură până la sfârşitul şirei spinării e de 50—80 de centimetri, aşă că împărţirea dă aproape 10. Astfel ajungem a doua oară la încheerea că: omul este frugivor".

Să facem a treia excursie şi să studiem simţurile cari sunt, călăuzele noastre. Anume simţul mirosului şi al vederii călăuzesc animalele de hrană şi le trezesc pofta de ea. Dacă o fiară găseşte urma unei erbivore, încep să-i sticlească ochii, merge repede pe ea, apucă prada dintr'o săritură îndrăzneaţă, linge sângele care

țăşneşte; toate aceste lucruri deşteaptă în el o mulţămire vădită. Erbivorul merge liniştit alături cu alte făpturi şi, dacă din alte pricini e silit să le atace, niciodată simţirea nu-l împinge să le mănânce carnea. Lasă din potrivă hrana sa neatinsă, dacă e stropită cu sânge. Mirosul lui şi vederea îl duc la iarbă şi buruene, cari îi şi plac. Observăm acelaş lucru, la frugivore cărora le plac fructele copacilor şi-a câmpiilor.

Ce ne arată organele simţurilor la om? Ne împinge mirosul şi vederea noastră să ucidem un bou? Un copil, care n'a auzit niciodată ceva despre tăiatul animalelor, chiar după ce a mâncat carne, văzând un bou gras, va gândi oare? „Ce gustos ar fi?! Numai după ce ne facem în minte trecerea dela animalul viu la friptura adusă pe masă, numai atunci ne vine astfel de gând, dar din firea lucrului, nu.

Simţirea noastră se turbură şi se înspăimântă de carnea proaspătă dela măcelărie; nu ne place nici la gust, nici la vedere, de ce să fac salhanalele afară din oraş? Se poate numì carnea, o hrană firească, când nasul şi ochii nu pot suferì? Inainte de-a o mâncà, trebue s'o facem plăcută mirosului şi gustului, punându-i mirodenii, afară doar dacă simţul gustului e prea tocit. Cât de plăcut e însă mirosul fructelor şi nu degeaba negustorii de fructe, mai totdeauna zic: „Aşà fructe frumoase că îţi lasă gura apă". Pot să adaug că şi cerealele au miros plăcut şi plac şi crude. Toată pregătirea lor nu-i respingătoare, şi cu drept cuvânt zicem că ţăranul e „fericit". Aşà dar, pentru a treia oară, trebue să încheem! „Omul e hotărât dela natură să fie frugivor".

Dacă în a patra expediţie luăm aminte la măsurile ce a luat natura pentru păstrarea speciei, observaţiile sunt mai grele. Toate făpturile, după intrarea lor în vieaţă, cer o hrană care să le uşureze creşterea. Pentru puiul omului e fără de îndoială laptele mamei, hrana cea mai naturală. Acì observăm că multe mame nu pot îndeplinì datoria lor sfântă, fiindcă organismul lor

nu-i în stare să facă hrana naturală a copilului. Mai ales e rău că asemenea copii pierd dela început adevărata măsură a simţurilor adevărate, căci hrana artificială nu poate niciodată să înlocuiască deplin pe cea firească. Observaţiile noastre ne arată repede că tocmai clasele cari se hrănesc „mai bine“ adică cu carne, suîer de aceasta şi trebue să aducă doici dela ţară, unde se mănâncă foarte puţină carne. Acestea mănâncă de obiceiu din masa stăpânului, şi dseori îşi pierd laptele. Pe corăbii se dă femeilor cari alăptează pilaf de făină de ovăz, căci altfel li s'ar stârpì laptele numai cu hrana de carne păstrată.

Aceste observaţii ne silesc să scoatem încheere că hrana cu carne nu-i deloc bună pentru producerea laptelui mamei [1]).

Pentru a patra oară suntem siliţi să spunem că omul dela natură e frugivor.

Dacă încheerea noastră e adevărată, atunci urmează neapărat că oamenii cei mai mulţi sunt mai mult ori mai puţin depărtaţi dela hrana naturală, făpturi cari s'au îndepărtat dela hrana lor firească ! Sună îngrozitor şi mai cere oarecare dovedire. Este cu putinţă ca şi alte făpturi să se depărteze dela hrana lor firească şi ce urmări poate aveà acest fapt? Trebue să deslegăm întrebarea înainte de a merge mai departe.

Ştim cum câinii şi pisicile s'au deprins cu hrana vegetală, dar suntem în stare a aduce pilde de erbivore cari s'au învăţat să mănânce carne. Am avut prilej să văd un caz foarte ciudat. Intr'o familie au crescut o căprioară care s'a împrietenit repede cu câinile. Vedeà pe câine horpăiindu-şi supa grasă de carne; a încercat şi s'a deprins repede să-i ţie tovărăşie la mân-

1) Prin aceasta nu pretindem că orice mamă vegetariană îşi poate alăptà copilul; atârnă mult dela sănătate, care nu se poate căpăta de azi pe mâine.

care. La început se întorceà cu desgust cum muiâ limba, dar a mai încercat, şi peste câteva săptămâni mâncà şi ea cu plăcere; după mai multe săptămâni ajunsese aşà de departe că mâncà chiar carne şi la urmă îi plăceà mai bine decât hrana ei firească. Urmarea a fost că în scurtă vreme s'a îmbolnăvit şi a murit, înainte de a aveà un an. Trebue să adaug că animalul nu erà închis, ci puteà să alerge prin grădină şi pădure.

Mai ştim că maimuţele frugivore, se deprind lesne cu carnea, dar mor după un an doi de oftică. Se dă până acum vina pe climă, dar fiindcă alţi locuitori dela tropice trăesc bine la noi, se poate zice că de vină e hrana nefirească.

Cercetări noi arată tot aşà. Neîndoios deci că animalele se pot abate dela hrana lor firească şi e netăgăduit că mare parte din asemenea oameni se abat şi ei. Dacă e aşà, şi urmările trebue să fie vădite, trebuie să fie boli.

Să întrebăm pe oameni, în conştiinţă curată, să spue câţi dintre ei n'au avut în viaţa lor nevoe de doctor. Cred că, de tot puţini.

Şi câţi sunt cari mor la bătrâneţe? Cazurile sunt atât de rari încât şi ziarele le trec la rubrica întâmplărilor ciudate.

Sunt foarte puţini oameni cari să nu aibă în ei materii streine. De obiceiu, ţăranul care e mult mai frugivor este în această privinţă mai fericit deşi aerul curat are acolea partea sa, dar rolul de căpetenie îl are tot hrana. *Fireşte că nesănătatea oamenilor vine şi din alte pricini, dar, oricum hrana e hotărâtoare.* Ne putem încredinţà de pe o pildă.

Animalele în grajduri trăesc în condiţii higienice din cele mai grozave, cari ne putem închipuì, sunt silite să respire mereu gazurile balegei şi udului lor, sunt mai totdeauna împiedicate de a umblà slobode. Ar trebuì deci să fie bolnave şi se poate spune că vitele tăiate nu sunt niciodată deplin sănătoase; totuşi cu

toate aceste condiţii nehigienice, nu au atâtea boli ca oamenii, cari pot să se îngrijească mai bine în toate privinţele şi chiar se îngrijesc. Aşà dar, pricina stă numai în hrană.

Am ajuns deci la cel din urmă pas să adeverim prin experienţă încheerile noastre. Două întâmplări se pot face, a căror greutate o vom cercetà. Una e că omul al cărui organism mai superior nu trebue supus la aceleaşi condiţii ca şi celelalte făpturi mai de jos. A doua că, poate, prin întrebuinţarea îndelungată a mâncărei de carne trupul s'a obicinuit cu ea, în înţelesul teoriei lui Darwin.

A doua întâmpinare se desparte în două: întâiu că toţi oamenii s'au deprins cu această hrană şi al doilea că măcar *oamenii vrâstnici* nu s'ar puteà lipsì de ea fără primejdie.

Aceste chestii se pot deslegà numai prin experienţe şi anume prin experienţe la copii. Cercetări s'au făcut destul de multe, şi vă voiu arătà în scurt la ce încheeri s'a ajuns. In mai multe familii s'au hrănit copiii fără carne, şi m'am crezut dator să urmăresc desvoltarea acestora. Pot să mărturisesc desvoltarea acestora. Pot să mărturisesc în conştiinţă că încercarea a avut urmări bune spre cinstea vegetarismului, adică pentru dieta fără carne. Copiii se desvoltă foarte bine la trup şi la suflet şi mai ales la suflet în înţelesul cel mai larg, ca inteligenţă, voinţă şi sentiment.

Trebue să spun încă un cuvânt însemnat despre creşterea imoralităţii, chestia e foarte arzătoare azi; căci ne plângem de nemortalitatea tinerilor. Cine este deci duşmanul moralei? Să întrebăm pe preoţii tuturor religiilor, pe toţi filosofii şi moraliştii şi vom primì veşnic acelaş răspuns: „patimile simţurilor". Se dau osteneli peste seamă de mari să le înăbuşe, dar se întrebuinţează mijloace nefireşti, ca posturi prea aspre, răbdări de sete şi de închideri în mânăstiri, etc. Se înţelege că fără nici un folos. Educatorul trebue, ca

un general bun, dacă vrea să învingă, să împiedice pe dușman dela început a-și pune armata în șir de bătae. Indată ce a reușit de a face ca patimile să nu se desvolte, pe dușmanul moralei l'a alungat. Mijloc puternic este hrănirea copiilor cu mâncări neațâțătoare.

Experiența a adeverit dreptatea celor spuse, și lucrul e atât de însemnat încât nu putem spune prea tare.

Infrânarea patimilor sexuale și liniștea sufletului care o dă, este temelia sigură pentru educația minței. Fiecare psiholog știe că mulțămirea sufletească este foarte prielnică limpezimei în gândire și lucrării minței. Dar această stare se poate căpătă numai prin hrana vegetariană.

Deși aș aveà mare plăcere să mai urmăresc cele spuse, trebue să pun capăt ca să nu vă obosesc.

Să mai aruncăm o ochire asupra experiențelor făcute cu vrâstnici. Sunt și de acestea o mulțime, și noi, reprezentanții sistemului vegetarian suntem dovada acestei experiențe. Ce rezultate am căpeătat se vede din faptul că suntem și am rămas credincioși părtași ai acestui regim, și trebue să vă gândiți că cei mai mulți am ajuns la el din pricina unor *boli grele*. Aceștia suntem bucuroși c'am căpătat sănătatea și nu se poate ca să avem neapărat, și mutre înfloritoare. Unii au reușit să le aibă, alții nu. Teodor Hahn, la vârsta de 29 ani, erà pe marginea mormântului și doctorii hotărîseră că nu are leac, dar prin dietă cumpătată a mai putut trăi 30 de ani. Experiența n'a dovedit răutatea dietei cu carne? Să nu te miri că protivnicii cutează a strigà: „Vezi? A trăit numai 50 de ani!“

Metoda nouă de vindecare fără medicamente și fără operații a găsit că hrana neațâțătoare este cea mai potrivită cu natura și trebuitoare pentru orice cură. Experiența a dovedit că urmările sunt cu atât mai repezi cu cât dieta se ține mai cu asprime, toți acei cari

nu se pot hotărî să se lipsească de oala cu carne şi de spirtoase, vor căpătà mult mai încet vindecarea, fiindcă bagă mereu materii străine în trup, cari trebue mereu depărtate. Nu vor înlătură deci niciodată pricina boalelor.

Se înţelege cei sănătoşi pot da afară materiile străine, deşi munca asta le face rău. Dar cei cari vor să se însănătoşeze au nevoe să dea afară cu toată tăria materiile streine, vechi, nu să mai adaoge altele noui. Asta se poate numai mâncând bucate neaţâţătoare. Regimul amestecat ne explică de ce domnesc azi atâtea boli şi sunt atâţea bolnăvicioşi.

Mă întrebaţi acum hotărât: „Ce să mâncăm şi ce să bem?“ Cât e vorba de băuţură trebue să ne înturnăm iar la observaţii. Afară de om nu găsim nici o făptură care să caute a-şi potolì setea cu altceva de cât cu apă. De însemnat e că animalele caută mai cu seamă apa râurilor ori a izvoarelor, care iese din stâncă, a stat la soare şi curge pe pietriş. Aceasta le place mai bine decât ca din fântâni.

Animalele cari mănâncă mâncări zemoase, beau foarte puţin, şi omului nu-i e sete când mănâncă fructe zemoase.

Dacă simte nevoie să bea, apoi apa e singura băutură potrivită. Apa amestecată cu zeamă de fructe îl îndeamnă să bea mai mult decât trebue, cel puţin când e cu mult zahăr. Cine vrea să se vindece de boli, trebue să bea numai apă, singura băutură lăsată de natură.

Dar ce să mâncăm? Natura ne-a mânat spre fructe şi deci fructele sunt hrana noastră de căpetenie. Toate roadele copacilor, toate cerealele, toate boabele şi toate rădăcinile, cari la gust şi la miros ne plac, ne pot slujì la hrană. Acestea le găsim peste tot pământul şi toate zonele; lipsesc însă în regiunile îngheţate, dar acestea nu sunt menite pentru locuinţa omului şi de aceea oamenii de acolo sunt închirciţi la trup şi cu mintea puţin desvoltată.

Pe cât se poate să mâncăm darurile naturei aşâ cum le găsim, ceeace nu putem totdeauna din pricina dinţilor cari la cei mai mulţi sunt stricaţi. Dar să ne ferim pe cât putem de toate abuzurile şi extractele artificiale, căci orice hrană concentrată e în contra naturei, ea nu ne-o dă nicăeri aşâ. Trebue să ne ferim de sosurile aţâţătoare şi chiar de sare şi zahăr, pe cât se poate.

Gătirea bucatelor e azi mai totdeauna rea. Aruncă de obiceiu apa în care au fiert legumele şi în care a rămas o parte din materiile hrănitoare şi dau legumele din care s'a pierdut cea mai de seamă putere. Nu trebue făcut aşâ.

Vom fierbe toate legumele cu cât mai puţină apă, ori la abur, şi le vom lăsâ apa. Despre bucatele acestei diete vă rog să vedeţi cartea de bucate a lui Eduard Baltzer, tradusă în româneşte [1]).

Ar fi însă o greşală a crede că toate mâncările de acolo sunt bune pentru bolnavi. Cel cu o mână bolnavă nu poate lucrâ normal, tot aşâ stomacul bolnav nu poate mistuî normal. El spune singur ce poate mistuî. Indată ce simţim greaţă, apăsare, vânturi, acrime, ori vre-o neregulă ceva, e semn că am mâncat ori prea mult, ori ceva ce nu trebuiâ. Bolnavul află repede, ce-i prieşte.

La început e bună pâinea de crupe, dacă o amestecăm bine; dacă n'o mai poate suferî, poate să mănânce grâu sfărâmat, căci îl poate înghiţî numai după ce-l mestecă cu bale şi bolnavul nu-i în primejdie să mănânce prea mult. Infrânarea la mâncare este de cea mai mare însemnătate pe lângă dietă. Cea mai potrivită hrană tot strică, îndată ce-i prea multă.

Ca mâncare pentru bolnavi sunt şi crupele de ovăz

---

1) Eduard Baltzer: Carte de bucătărie vegetariană, editura românească a lui Toma Simionescu, Bucureşti, Str. 11 Iunie, Preţul lei 40.

fără nici un sos, ci numai fierte des şi amestecate cu puţin lapte crud şi cu un praf de sare. Laptele trebue mâncat crud şi foarte proaspăt şi să ne încredinţăm dacă nu are vreun miros ori gust rău. Dacă e aşà, nu-i bun pentru hrană. Să nu se creadă că prin fierbere îl putem face mai bun. Laptele fiert e mult mai greu de mistuit, fiindcă începe cu greu a fermentà, iar părţile rele nu le-au depărtat prin fierbere ci sunt ca şi mai înainte în el. Poate anevoie slujì la hrană şi îngraşă fără a da putere. Se pot mâncà la masă fructe proaspete. Pentru a mai schimbà hrana, deşì lucrul nu e neapărat; putem mâncà orez, crupe de orz, grişi, pe cari le însoţim cu legume verzi, conopidă, sparanghel, ori cu fructe uscate în cuptor, mai ales acestea le dau gust plăcut. Omul sănătos ori aproape sănătos, are o mulţime de feluri de bucate în cartea pomenită mai sus, aşà că va vedeà că numai de lipsă nu se poate plânge.

Pentru a împiedecà orice înţelegere rea, vă voiu amintì că cei greu bolnavi şi mai ales cei cari sufer de mistuire rău, trebue să mănânce cele mai simple mâncări, din cele pe cari trebue să le mestece mult, mai ales crupe mari de grâu şi fructe, şi numai după ce se va simţì mai bine, să ţie seamă şi de gustul limbei.

Dar sunt oare plăcute ?

Aud deseori întrebându-mă. De unde vine plăcerea la mâncare ?

Vine dela aţâţarea ce face mâncarea asupra nervilor limbei. Această aţâţare seamănă cu aţâţarea obicinuită şi ne place, dacă se potriveşte aceasta. Indată ce această plăcere e cevà mai mare, dă o simţire deosebită. Dacă o avem mai des, ne obicinuim şi acea plăcere deosebită se pierde. Indată ce ne-am deprins cu plăcerile rafinate, ne dau şi acestea tot atâta cât şi cele de mai înainte, simple, dar cari erau mai puţin costisitoare, când voim să facem cevà plăcut, nu ne ruinăm nervii nici nu-i aţâţăm.

Deci să fie cunoscut în toate cercurile cât de bine cuvântată ar fi o hrană naturală pentru familie şi popor.

Cnm se face pâinea lui Kuhne de crupe de grâu

Pentru a face două pâini mijlocii, ia 2½ pfunzi (aproape un chilo ¼) de crupe de grâu, ori de alte crupe de grâu (la tropice crupe de porumb cu făină de grâu sau crupe de orez), punele într'un vas, toarnă ¾ litru de apă rece şi amestecă bine. Apa rece e mai bună decât cea caldă, fiindcă cu apă caldă fermentează pâinea prea curând, e mai uşoară şi nu atât de hrănitoare şi de gustoasă.

Despărţim aluatul în două părţi de o potrivă, facem dintr'amândouă câte-o pâine lungăreaţă, le punem pe câte-o ţiglă presărată cu făină, netezim pâinea de-asupra cu apă, şi punem ţiglele în cuptor pe câte un ghiveciu de cele pentru flori [1]).

In cuptor nu punem, în acest timp alte oale cu bucate.

La cuptor trebue dat foc bun.

După o jumătate de ceas, în care timp nu trebue deschis cuptorul, înturnăm pâinea cu capul dinainte spre fund.

Peste alt sfert de ceas, ne uităm dacă partea de deasupra e bine coaptă şi o întoarcem cu partea de jos în sus, căci de obiceiu dedesubt e moale.

Pâinea trebue să se coacă până ce bocănită la mijloc cu degetul, sună a gol. Trebue pentru aceasta de obiceiu încă o jumătate de ceas. Atunci ştim bine că pâinea e coaptă şi coaja nu-i prea tare.

---

1) Mai cu seamă pentru cei cari nu au gospodărie am făcu *cuptor de copt pâine*. (Vezi la sfârşitul cărţei anunciul), aşă că fiecare îşi poate coace pâinea singur. Cuptorul se încălzeşte cu lampă de spirt, cum sunt cele dela baia de abur. Cu acesta coacem pâinea în ¾ de ceas şi-i foarte bună.

Cum se face supa de crupe de grâu

Se moae o lingură de supă de crupe cu apă rece până se face un amestec gros. Se toarnă în apă clocotită şi lăsăm să fiarbă la foc domol câteva minute Sare şi unt punem puţin, ori de loc. E foarte bună supa aceasta amestecată cu stafide.

Cum alegem o hrană potrivită cu natura

Dimineaţa. Pâine de crupe şi fructe, ori supă de crupe şi pâine ori crupe de ovăz cu fructe şi pâine. Lapte numai crud.

La amiază. Supa grasă ori mâncări făinoase: orez, griş, crupe de grâu, crupe de ovăz cu apă şi puţin unt, ori cu fructe; ori legume, ca mazăre, fasole, linte, nu trecute prin sită şi fierte des, numai cu apă şi cu puţin tarhon sau magheran ori vre-un zarzavat după anotimp, compot ori fructe proaspete; cu ele pâine de crupe.

Seara. Pâine de crupe şi fructe (fierte ori crude) ori supă de făină fiartă gros ori supă de crupe cu pâine ori fructe.

Câtevâ bucate simple

Varză roşie cu mere. Se taie subţire o varză roşie şi se fierbe cu puţină apă (cam o ceaşcă) până se moae; adăugim 4—6 mere acre tăiate felii cu puţină sare şi unt şi mai fierb înnăbuşit.

Varză albă cu pătlăgele roşii. (Pentru trei persoane). — Se tae ca mai sus o căpăţână de varză şi se fierbe în abur, s'adaugă o ceaşcă de sos de pătlăgele ori după mărime 4—10 pătlăgele proaspete, dată prin sită, puţină sare şi unt vreo şase până la opt cartofi curăţaţi şi tăiaţi felii puşi deasupra. Nu se mai mestică

dar fierb în abur. Plac chiar fără sare şi fără unt. Cine nu are pătlăgele, pune zamă de lămâe.

Spanac cu cartofi. (Pentru trei persoane). — Se alege spanacul şi se spală în mai multe ape; îl tocăm şi-l punem cu puţină apă, puţină sare, şi ceva unt şi câţiva cartofi cruzi. Se fierbe acoperit. Dacă mai are puţină zeamă adăugim crupe de grâu.

Varză verde cu crupe de ovăz. Alegem şi spălăm o varză, tăem bucăţele, o aşezăm la foc cu două ceşte de apă. Indată ce e moale niţel adăugim sare şi puţin unt şi câţiva cartofi, cruzi. Se fierbe în abur. Place şi fără sare şi unt.

Morcovi cu cartofi. (Trei persoane). — Se iau 5—8 morcovi galbeni, se tae lungueţ, se pune la foc cu 1 ceaşcă de apă până la ½. Fierbe acoperit cu sare şi cu unt şi cu 6—8 cartofi cruzi. Place şi fără unt şi sare.

Napi (caralambe) cu cartofi. (Trei persoane). — Tăem lungueţ un nap mare galben în 1—1½ ceaşcă de apă, fierbe acoperit până se moae cu puţină sare şi unt. Se mai adaugă 6—8 cartofi cruzi. Fierbe în abur. Place şi fără sare şi unt.

Această mâncare se poate gătì şi cu morcovii de mai sus. Acest amestec e foarte bun.

Orez cu mere. Luăm ½ fund de orez şi 4—8 mere tăiate felii cu 4 ceşte de apă. Fierb încet până se face amestecul gros. Puţină sare şi unt. Nu e însă neapărat nevoie. Se poate şi fără. (Trei persoane).

Orez budincă simplă. Punem în amestecul de mai sus ¼ fund de stafide, mestecăm, turnăm într'o formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet şi coacem.

Fasole albă cu pătlăgele roşii. Se ia ¼ de kilo fasole albă, se moale de cu seară în apă rece şi a doua zi se pune cu atâta apă ca să le acopere. După ce se moae adăogim o ceaşcă de sos de pătlăgele ori 5—10

Fundul e de ½ de kgr.

pătlăgele trecute prin sită, ceva unt şi sare (plac şi fără acest adaus). Punem să mai stea la cuptor 1—2 ceasuri. Dacă mai are zeamă, punem o lingură de crupe de grâu ca să se îngroaşe. Cui nu-i plac pătlăgele, pune tarhon ori maghiran.

Fasole verde cu mere. Scoatem ţele dela păstăi, rupem bucăţile, punem în apă fierbinte şi pe urmă adăogăm mere acre sau verzi tăiate felii, pătrunjel verde sau ceapă, precum şi puţin unt şi sare. Dacă se moaie păstăile, adăugim puţine crupe de grâu ca să se îngroaşe.

Linte cu prune. Se moae 1/4 kilo de linte de cu seară, cu 30 de prune uscate cu apă cât trebue, fierb până se moae şi numai au zeamă. Puţină sare şi unt dar nu neapărat.

Ciuperci (mânătărci, hribi) cu cartofi. (Pentru trei persoane). — Se tae ciupercile bucăţele, se spală şi se pun cu apă cu pătrunjel verde şi o ceapă să fiarbă înăbuşit. Puţină sare, unt şi două linguri de crupe de grâu. Cartofele le fierbem întregi cu coji, le curăţim şi le tăem felii, le punem de mai fierb şi le ţinem câtva timp calde.

Salată de sfecle. Spălăm sfecla şi o coacem pe o cărămidă; o curăţim, o tăem şi o facem cu zeamă de lămâe.

Salată de lăptuci. Alegem căpăţânele şi le spălăm, cu untdelemn, zeamă de lămâe, nu oţet, după gust şi puţin zahăr.

Salată de cartofi cu mere. Cartofii fierţi îi curăţim şi tăiem felii. Punem untdelemn şi zeamă de lămâe.

Mazăre şi linte în forma cea mai lesne de mistuit. Se moae mazăre şi linte în apă rece de râu, dacă se poate. A doua zi se pune la fiert cu puţină apă. Puţină sare (cât se poate mai puţină, tarhon şi magheran). Fierb împreună până scade aproape toată apa. Astfel lintea şi mazărea îşi păstrează forma şi mai

hrănitoare şi mai lesne de mistuit decât sfărâmate cu unt.

Găluştele de cartofi. (Pentru trei persoane). — Fierbem bine un kilo de cartofi făinoşi; răcim şi curăţim; pe urmă le radem pe răzătoare. Tăem felii două franzeluţe, le rumenim în unt cu ouă, cu cartofi raşi şi cu puţine crupe ori cu altă făină. Facem găluştele cu mâna. Pe urmă le dăm iar prin făină, le fierbem aproape zece minute în apă clocotită. Trebue luat în seamă să nu fiarbă prea mult. Putem să le punem orice sos de fructe sau de ceapă, de unt, de pătrunjel sau hrean.

PARTEA II

Boli de nervi şi bolile minţei. Nesomnul

Pricina unică a bolilor este şi a bolilor de nervi şi de minte. In veacul nostru, care e pe drept numit veacul bolilor nervoase, acestea se înfăţişează în sute de feluri şi chipuri. Se chinue a le da nume, se caută să cunoască pricina acestor suferinţi, ca să le poată îngriji mai bine. Aşà *nervozitatea, neurastenia, nevralgia, ipohondria, isteria, nebunia, boale ale minţei şi paralizia* au ajuns la modă, pe lângă alte boli cari isvorăsc din aceeaşi pricină şi se adaog pe lângă acestea.

Cu înmulţirea acestor fenomene nervoase vin mereu forme nouă, dar la aflarea pricinei acestor boli, nu ne înlesnesc întru nimic formele acestea externe. Dacă însă cercetăm aceste boli numai de pe formele lor externe, nu ne vom face ideie de starea şi pricina lor năuntrică. Bolnavii de nervi au o simţire de care nu-şi dau seamă care le arată că sunt bolnavi fără a găsì pricina, fără a voì să mărturisească.

Vedem că unul e peste seamă de vorbăreţ, altul e peste măsură de tăcut. Alţii sufăr de *nesomn,* unii sunt de o hărnicie nespusă şi neobosită, alţii de-o lene neînvinsă.

Acì găseşti pe unul chinuit de gândul sinuciderii fi-

indcă se simte de prisos şi-i nemulţumit de toată lumea; dincolo un milionar chinuit de grija zilei de mâine, grije de care nu se poate desbără. Alţii sunt cuprinşi de tremur, alţii paralizaţi de tot, ori numai la o parte. Trebue adăogat feluritele feluri, câteodată chiar potrivnice de nebunie, din cari cea mai rea formă e paralizia. Vedem deci că boala turbură mai mult ori mai puţin vieaţa normală a omenirii. Unul din pricina boalei de nervi, nu mai e stăpân pe picioarele sale, altul pe gândire, pe voinţă şi cuvinte. Dacă observăm sute de bolnavi de nervi, abiă de vom găsì doi la cari manifestaţiunile de pe dinafară să fie deopotrivă. Atât de felurite se arată bolile de nervi ! Nu e minune că simptomele n'au dat medicinei bază destulă spre a cunoaşte îndeajuns, a le numì şi a le lecuì. Intrebuinţarea medicamentelor în toate aceste boli n'a putut aduce nici o vindecare, nici îmbunătăţire, afară doar c'au slăbit nervii.

Nu e adevărat că medicamentele lucrează ci trupul singur, ori prin o creştere ori prin o împuţinare de activitate, căutând a da afară materiile stricătoare.

Intr'un caz se vădeşte printr'o creştere de activitate, silinţa vădită, încordarea tuturor puterilor spre a alungà otrava stricătoare. Aşà se întâmplă când luăm medicamentele în cătime mică, şi deci nu obosesc nervii, iar când dăm cătimi mari de medicamente (cum dau allopaţii), se arată semne vădite de paralizarea nervilor. Prin aceasta silinţele trupului (bolile acute) şi simptomele din afară ale suferinţelor cronice se paralizează şi ele. Aşà se explică de ce trec deodată simptomele bolilor şi pe urmă vin iar la tratamentul allopatic. Intâiu se înăbuşe prin amorţirea nevilor, pe urmă, după ce a trecut slăbirea trupului vin, iar dozele mari de otrăvuri medicale, paralizează trupul de moare, în doze mai mici, nu omoară, ci strică organismul întreg.

Cele mai multe boli de nervi se capătă din pricina

medicamentelor date spre a vindecà o boală mai uşoară, cu doze mai mici pare că atâtă trupul.

Trupul caută încordându-şi puterile a se cruţà de otravă şi luptă pentru îndepărtarea acesteia. Dar e numai pregătirea paraliziei, nimic alta.

Cât e vorba despre vindecarea bolilor de nervi, nu se va tăgăduì, şcoala medicală atât de lăudată că e aproape neputincioasă şi neştiutoare în faţa acestora. Ades reprezentanţii ei au spus făţiş că nu pot face nimic. Intr'un caz îndeamnă la schimbarea de aer, în altul distracţii cu călătorii ori ceva asemenea, mijloace nevătămătoare. Deşì sunt de vreun folos trecător, prin ele se dovedeşte lămurit tot cât de puţin cunoaşte şcoala domnitoare pricinele şi rostul acestor boli.

Ceeace n'a putut face şcoala medicală şi apostolii ei, ceeace lor le pare neînţeles, a făcut-o metoda nouă de vindecare fără de medicamente, a adus lumină. Rapoartele mele despre vindecări şi scrisorile de mulţumire dela un număr mic din bolnavii mei pe cari le arăt acì în original, dovedeşte mai limpede decât toate demonstraţiile teoretice şi ştiinţifice. Mă voiu mărginì deci numai la câteva lucruri mai însemnate.

E cunoscut că sunt două feluri de nervi în trup; acei supuşi voinţei şi cei cari nu atârnă de ea şi regulează respiraţia, mistuirea şi circulaţia. Când pretind că toate boalele sunt din pricina încărcării trupului cu materii străine, sunt totdeauna şi boli de nervi, poate cineva se va mirà. De fiecare boală care se desvoltă în noi căpătăm cunoştinţa numai când ne-a stricat ori schimbat lucrarea trupului, sau a sufletului, ori ne aduce dureri.

A fost de mult boală începută, pe care o putem cunoaşte uşor şi sigur cu ajutorul ştiinţei fisionomiei. Ştim, că, dacă nu sunt materii străine în trup nu poate fi boală. Orice încărcare cu materii streine lucrează nu numai stricător asupra organelor dar şi asupra nervilor, cari sunt în legătură cu organele încărcate ori au de regulat feluritele funcţiuni. Simţim durerea

numai când şi nervii s'au îmbolnăvit. Observatorul nebăgător de seamă are în vedere numai nervii supuşi voinţei şi bolile cari ating organe supuse controlului acestor nervi.

Bolile cari schimbă numai respiraţia, mistuirea şi circulaţia se dau pe faţă mai greu şi mai încet. Şi pe acestea tot nervi bolnavi corespunzători ni le aduc la cunoştinţă. Aceşti nervi nu sunt supuşi voinţei lor, dela lucrarea lor atârnă funcţionarea regulată a organelor nesupuse voinţei ca plămânii, inima, stomacul, rinichii, maţele, băşica, etc. Niciodată nu simţim o boală a mistuirii, a rinichilor, băşicei, plămânilor, stomachului fără ca să fie şi acestea încărcate cu materii streine, şi activitatea lor împiedicată. Fiecare suferinţă a organelor pomenite mai sus cuprinde într'însa şi o suferinţă a nervilor aşă că nu poate fi suferinţă a mistuirii fără a nervilor acesteia.

După cum am spus mai sus, o mistuire normală este cea dintâiu condiţie pentru sănătatea trupului.

Toate maferiile străine cari sunt în trup şi nu sunt prin moştenire, vin prin mistuire. Trebuie deci ca fiecare boală şi deci şi toate bolile de nervi să le punem pe seama unei rele mistuiri şi a moştenirii. Dar aceasta este şi pricina tuturor bolilor.

Când trupul are destulă putere de vieaţă, cearcă printr'o boală acut, să scape de materiile streine. Dar când puterea de vieaţă nu e de ajuns, vin acele boli cronice cari nu se mai sfârşesc, ci îşi schimbă forma şi la urmă se prefac în boli de nervi şi de minte. Bolile de nervi sunt suferinţi cronice trupeşti, însoţească-le orice fenomene externe.

Ca şi la celelalte boli, observăm şi la cele de nervi. răceală ori urcare de temperatură, căldură. Amândouă sunt urmările unei stări de friguri înlăuntrul trupului. Ajungem la aceeaşi încheere însemnată că toate bolile de nervi sunt friguri cronice năuntrice. Dacă bolile de nervi au aceiaşi pricină ca şi vărsatul, pojarul, scarlatina, difteria, sifilisul, etc., trebue şi aceleaşi mijloa-

ce a căutà boala cu folos, deci a o lecuì. Şi în adevăr aşà e. Am cercat în practica mea la sute şi mii de cazuri. Dovezile le aduc în partea a patra a acestei cărţi.

Acum avem temelie sigură pentru aflarea şi vindecarea tuturor bolilor de nervi. Numai suntem aşà de neştiutori şi de neputincioşi ca şcoala medicală modernă, ci cunoscând pricina, suntem gata a da ajutor, bine încredinţaţi în izbândă.

Privind din punctul meu de vedere armata de boli, cu despărţiturile şi secţiile ei, vom puteà nimerì cum să lucrăm, căci cunoaştem pricina tuturor. Se întâmplă întocmai ca şi cu o armată, pe care numai acel general o duce la biruinţă care cunoaşte toată firea şi legătura întregei armate. Cine nu cunoaşte înlănţuirea, acela va aveà numai pierderi. Aşà e cu specialiştii şcoalei moderne. *Specialiştii ştiinţei medicale vor duce neapărat la ruină această ştiinţă,* şi la o neîncredere în ea. Căci, cum să lucreze un specialist la progresul ştiinţei, când el nesocoteşte legile organismului întreg şi se îndeletniceşte numai cu o parte fără a ţineà seamă de legăturile acestea cu întregul?

Toate specialităţile ştiinţei medicale ni se pare un lucru ce numai are rost de-a fi, o parte ruptă din totul, care, despărţită din împărăţia întreagă a ştiinţei împiedică orice privire asupra întregului. Numai cel care cuprinde întregul, numai cel care înţelege natura ca pe un întreg nedespărţit şi se sileşte a o cunoaşte aşà, ştie, s'o judece în toate fenomenele, şi să se folosească de legile ei.

De câte ori ne arată natura una şi aceeaşi materie în forme felurite şi neasemănătoare pricinuite numai de feluritele temperaturi.

Amintesc cum vedem apa când sub o formă de negură, când în chip de nouri ori aburi. Schimbarea de temperatură pricinueşte stările, dar mereu aceeaşi materie, o vedem sub forme felurite. Şi în privinţa diagnozei medicina e tot atât de neputincioasă ca şi în a

vindecării, aşà că şcoala medicală în multe cazuri nu cunoaşte boala de nervi. Câţi bolnavi de nervi au fost în tratarea mea, cari căutaseră pretutindeni vindecarea înnainte de-a venì la mine? Toţi aceştia erau mărturie vie de neputinţa şcoalei medicală în aeaastă privinţă. Mai mult, li se ziceà că sunt sănătoşi, că boala lor e o închipuire; pe când eu cu ştiinţa fizionomiei găseam că sunt încărcaţi cu materii streine. Toţi bolnavii mei de nervi au simţit şi mi-au spus cu ce repeziciune neaşteptată li s'a îmbunătăţit starea prin căutarea mea, şi cum această îmbunătăţire s'a făcut prin darea afară a materiilor streine. Cine a observat aceste dări afară şi a simţit îmbunătăţirea, acela nu se îndoeşte nu numai despre dreptatea diagnozei mele dar nici de puterea metodei mele de vindecare. Metoda mea de cercetare asigură pentru viitor celora ce se ţin de ea o întâetate. Se poate cunoaşte cu siguranţă orice boală de nervi, înainte măcar să fie de gândit la ceva arătări în afară anume, toţi cei cu încărcarea spetelor sunţ bolnavi de nervi, despre aceasta vedeţi în cartea mea despre ştiinţa fizionomiei [1]).

Bolile minţei. — In acelaş chip se află şi se cunosc înspăimântătoarele boli ale minţei.

Şi pricina acestora e necunoscută şcoalei moderne. Nu cauzele pretinse de dânsa aduc nebunia creerului, ci în toate aceste cazuri numai încărcarea în timp de ani de zile a omului cu materii streine, se arată sub formă de boală a minţei numită în ştiinţă paralizie progresivă, care în cele mai multe cazuri în stadiul din urmă nu se poate vindecà după cum am spus înainte,

1) Vezi: Louis Kuhne, Stiinţa Fizionomiei. Cartea despre o nouă metodă de cercetare pentru cunoaşterea bolilor, lucrată pd baza propriilor mele cercetări şi descoperiri. Cu ilustraţii multe în text. Publicată nemţeşte, englezeşte, spanioleşte, svedieneşte, daneza, româneşte şi teluga indiană locală. Preţul ediţiei nemţeşti, Lei 7,50 legată elegant 8,75. Editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz, 15/24. Preţul ediţiei române, Lei 50, legată elegant Lei 120. Editura lui Dr. Toma Simionescu. Bucureşti str. 11 Iunie, 7.

această încărcare rea şi înceată vine numai din pricina mistuirii rele, urmată de o vieaţă în contra naturei. De sigur că nu toţi oamenii se îmbolnăvesc din pricina acestei vieţi necumpătate. Totul atârnă dela gradul şi mersul încărcării. Bolile minţei vin numai la cei încărcaţi tare, şi numai când din pricina încărcării spatelui suferă şi capul. Mai pe larg vezi cartea mea despre ştiinţa fizionomiei. Civilizaţia e într'atâta de vină la înmulţirea bolilor minţei întrucât sileşte pe oameni a se depărtă dela natură şi dela legile ei neschimbătoare. Vina aceasta e mult mai mare decât crede şcoala modernă şi trebue pusă în mare parte pe seama sfaturilor şi părerilor greşite. Aşă, au ajuns să creadă că e nesănătos a bea apă, ci în locul acesteia beau bere, vin, alcool şi apă cu acid carbonic şi minerală. Bărbaţii din pricina tutunului se prefac în coşuri de fum; iar din pricina berei în adevărate butoae. Nici o minune dacă nervii trebue să fie mereu aţâţaţi. La aceasta se mai adaugă şi starea în camere închise ori în fabrici prea cu mulţi oameni.

E fapt cunoscut că la ţară unde oamenii trăesc mai aproape de legile naturei şi lucrează mai la aer liber, unde relele civilizaţiei şi poveţele în potriva sănătăţii n'au pătruns încă, bolile minţii sunt încă mosafir aproape necunoscut. Se găseşte mai ales la copiii beţivilor. In asemenea caz, copilul moşteneşte o încărcare care duce la boală a minţei sau la alte boli grele, deoarece copilul este o copie credincioasă a trupului părinţilor.

Din pricina băuturilor alcoolice, trupul se încarcă cu atâta muncă de mistuire, că nu-i mai rămâne vreme pentru altă lucrare. Se înţelege toată osteneala şi somnul nefiresc al beţivilor, câtă vreme stomachul are de mistuit nişte lucruri atât de în contra naturei. Apăsarea gazurilor ce se desvoltă în trup în vremea acestei mistuiri, asupra creerului pricineşte întunecarea minţei.

Un copil zeflemist în stare de beţie ori după beţie

va fi bolnav de nervi, dacă nu se prăpădeşte mai înainte din slăbiciune.

Ori cum ar fi boala minţei moştenite ori căpătate, pricina e aceeaşi, o mistuire proastă. Deci orice boală a minţei vine din partea de jos a burtei.

Cu cât omul trăeşte mai simplu şi mai potrivit cu natura, cu atât mai sănătos şi mai fericit se va simţi. Aceasta limpezeşte de ce Negrii în timpul robiei în care erau siliţi a trăi simplu şi măsurat, şi a munci cu hărnicie, nu erau bolnavi de nervi. Această boală a început la ei odată cu libertatea şi cu pretenţiile mari dela vieaţă, între cari şi otrăvile culturei moderne.

E cunoscut că femeile sufer mai puţin de bolile minţei decât bărbaţii. Pricina e că dânsele trăesc mult mai cumpătat decât bărbaţii, nu obicinuesc tutun, şi nu beau prea multe băuturi alcoolice. Femeile bolnave de nervi sunt mai toate din pricina unei încurcături moştenite.

Observăm la multe boli de nervi, că înainte de izbucnirea lor şi mai târziu, chiar o activitate deosebită a minţei şi-a trupului, ori s'arată talente deosebite, un fenomen neexplicabil de şcoala modernă.

Incărcarea neîncetată şi în deosebi a creerului cu materii străine face în cursul anilor, apăsare din ce în ce mai mare asupra creerilor şi deci asupra nervilor centrali, pricinuind o activitate la început mai mare, dar niciodată normală. Aceasta s'arată într'o mulţime de feluri, cum am spus la bolile de nervi. Mintea şi trupul n'au odihnă şi aleargă dela o daravelă la alta, fără a găsi mulţumire.

Această silinţă se arată mai ales în vremea vârstei de şcoală, care nu ţine la vârsta bărbăţiei. De aceea copii, minune, rareori ajung ceva când sunt mari.

Sunt aplecaţi spre bolile minţei toţi acei cari au mai ales încărcarea spetelor, încărcare care atacă foarte tare nervii marelui simpatic, mai ales dacă trupul nu se curăţă de materiile străine prin vreo boală acută. Capătă din pricina frigurilor ascunse, o stare de boală

care zbucneşte ca boală a minţei. Se ştie că şi la boli acute se întâmplă boli de minte, inconştienţă, aiurare, etc. Asemenea turburări vin, dar trec îndată ce nu mai e apăsare prea mare, ori de loc a materiilor bolnave. Pe de altă parte, s'a observat şi la nebuni răstimpuri mai lungi ori mai scurte de lumină a minţei, când apăsarea materiilor străine e mai mică. Indată ce vine iar apăsare mai mare pier îndată clipele luminoase.

Paralizia progresivă e o stare mai înaintată a boalei minţei. In presa şcoalei medicale se spune că paralizia progresivă bântuie mai ales pe bărbaţii cei mai „cu putere", dovadă cât de puţin cunoaşte şcoala medicală starea adevărată de sănătate. Noi am făcut un pas mai departe; ştim că o boală atât de grea ca paralizia progresivă, nu poate veni aşă deodată şi că prin ştiinţa fizionomiei ar fi văzut-o de mult! E de neînchipuit că oamenii cei mai sănătoşi să cadă dintr'odată într'o boală a minţei.

Pentru a vindecă bolile de minte, trebuie să îndreptăm încărcarea care le face. Adesea s'au vindecat bolnavi de minte cu metoda mea. Toţi sunt cea mai bună dovadă pentru cele spuse de mine! Dau acî următoarea mărturie din practica mea.

Venî la ceasul meu de consultaţie o fată de 23 ani, împreună cu părinţii. Sufereă de ani de zile de boala minţei. Părinţii mă întrebară dacă pot face ceva pentru bolnava care le pricinuiă mult chin şi grijă.

Felul de încărcare cu materii străine îmi dădu nădejde, şi am putut îndemnă pe părinţi cel puţin să încerce tratamentul meu. Bolnava erà în aşă stare, că nu puteă face băi şi trebuiă să i le facă mumă-sa.

Numai după patru săptămâni i se îmbunătăţise într'atâta starea încât puteă să-şi facă singură băile şi nu se mai murdăreă. Intr'o jumătate de an, bolnava se făcu sănătoasă.

Această vindecare repede a fost cu putinţă fiindcă bolnava erà nu tocmai primejdios încărcată cu ma-

terii streine şi s'a îmbunătăţit repede şi mistuirea. Căutarea a fost cu atât mai uşoară, cu cât bolnava nu erà furioasă, ci mai mult nepăsătoare şi închisă în sine.

Dacă încărcarea e grea ori starea bolnavului aşà că nu se poate căutà, cu metoda mea, atunci, aproape sigur, că nu se poate vindecà. Am avut multe cazuri, când bolnavii nici nu voiau să audă de băi de şezut cu frecături. E cu bolnavii de nervi ca şi cu tuberculoşii, boala lor e faza din urmă a unei stări rele, deci trebuie îndepărtate materiile fără nici o zăbavă.

Altădată erà cu neputinţă fiindcă nu se cunoşteau mijloacele, vedeau boala, când erà prea târziu ca s'o mai vindece; azi, avem un mijloc care nu dă greş, cunoaştem boala cu ani înainte şi putem depărtà cu siguranţă asemenea boli. Acest mijloc este ştiinţa fizionomiei.

E vorba de un caz greu de paralizie progresivă, din pricina sifilisului.

Bolnavul sufereà de mai mulţi ani de mistuire proastă. Boala se înrăutăţeà din zi în zi din pricina ocupaţiilor prea obositoare pentru mintea lui. In 1892 s'a dus la băile din W., şi după sfatul doctorilor, a băut multă apă foarte minerală. Acest lucru i-a făcut rău, încât boala începu a fi îngrijitoare rău. Numai ştia ce vorbeà.

Au consultat patru doctori, cei mai însemnaţi din B. După un consult lung au hotărât să-i dea frecături cu mercur. Le-a făcut numai de două ori. Starea bolnavului erà aşà de rea că d-nul R., bolnavul, repetà întrebările doctorului în loc să răspundă. După ce se pierduse orice nădejde de vindecare, l-au adus la Viena, ca să consulte acolo pe cel mai bun doctor de asemenea boli. Cercetarea a găsit că bolnavul sufere de „Antrophia cereberi“ (atrofia creerului), din pricina sifilisului, Paralysys progressiva, şi că va trebuì închis în curând în casa de nebuni. Deşì doctorii nu credeau

că se poate vindecà, totuşi i-au dat iod, iar pe urmă au zis să nu-l mai ia.

După sfatul unui prieten, familia a adus pe bolnav la Lipsca să facă şi prin cura mea încercarea de „pe urmă". La începutul curei, bolnavul nu vorbeà nici un cuvânt, erà mai mult nepăsător, nu pricepeà nimic ce i se spuneà şi nu erà stăpân pe nevoile lui fireşti, trupul fiind fără de voinţă. Băile de şezut cu frecături şi dieta naturală i-au adus îmbunătăţire şi peste trei zile de cură, mistuirea erà mai bună. In opt zile, bolnavul îşi venì în simţire şi începu a vorbì. De aci înainte îmbunătăţirea merse mereu înainte aşà că, după opt săptămâni de cură, se vindecă deplin şi nu mai aveà nici urmă de paralizie progresivă.

Aceste două vindecări dovedesc strălucit unitatea pricinei bolilor. Dacă boala minţei n'ar aveà aceeaş pricină ca şi bolile celelalte, niciodată nu s'ar fi vindecat prin aceleaşi mijloace, cari au adus vindecarea desăvârşită în aceste boli.

Boli de plămâni. Aprinderea plămânilor. Oftica. Astma. Lupus.

Această înspăimântătoare molimă, care bântuie ingrozitor omenirea şi face jertfe la toate vârstele şi treptele sociale, boala de plămâni, tuberculoza, aduce şi ştiinţei medicale mari greutăţi şi pe cât se pare, nu-i dă de leac.

Nici o boală nu-i azi atât de lăţită ca tuberculoza, în toate formele şi stadiile ei! Fenomenele exterioare ale acestei înspăimântătoare boli sunt atât de felurite încât greu se potrivesc. Un bolnav de plămâni se plânge de respiraţia grea, astma; altul se vaită de *durere de cap* al treilea de mistuire rea; al patrulea nu presupune nimic până aproape de sfârşit, când îl apucă deodată o aprindere de plămâni; al cincilea, de asemenea nu observă nimic până ce, deodată îl apucă un „atac galopant" care-l duce în mormânt; al şaselea sufere, după părerea lui, de caria oaselor, fără să creadă că-i tuberculos. Mulţi bolnavi de plămâni au dureri la umeri. Voiu explică mai târziu pricinile acestor dureri. Alţii au dureri de ochi, de urechi, de răni la picioare şi la şolduri, de lupus, de cataruri rele ori picingeni urâte, cari înşeală în privinţa adevăratei pricini a acestei boli, pe cei cari nu cunosc ştiinţa fizionomiei.

Bolnavii de plămâni stau toţi, mai mult ori mai pu-

ţin, cu gura deschisă [1]), în timpul zilei, cât şi al somnului, pentru a răsuflà mai repede, fiindcă fierbinţeala din lăuntru cere să fie mereu răcorită cu aer proaspăt.

Plămânii au menirea de-a curăţà cu aer proaspăt sângele, care vine în ei, dacă nu se poate face această curăţire a sângelui din pricina materiilor străine din plămâni, acestea s'adună tot mai mult şi se înmulţesc. Plămânii sunt cei mai încărcaţi, fiindcă mai totul se petrece acì. Urmarea e că tot sângele e nenormal, înnăuntrul trupului se face fierbinţeală nenormală. Prin această fierbinţeală ajung pămânii într'o stare de cangrenire, de aprindere cronică. Această stare preface plămânii într'o ţesătură cangrenoasă, care se dă afară, în parte, prin tuse.

Cu dreptul domneşte azi frică nemărginită de bolile de plămâni, căci şcoala medicală oficială le cunoaşte numai după ce ajung plămânii aproape stricaţi. Abia atunci au mijloc de cunoscut prin percutare şi ascultaţie, dar, nu mai sunt mijloace de vindecare.

Ce mai metodă de aflat boala! Este în adevăr dureros că boala plămânilor rămâne ani de zile necunoscută, fiindcă diagnoza pentru cunoaşterea ei nu e de ajuns de bună.

E tot aşà de cu neputinţă a vindecà prin vestita tuberculină plămânii stricaţi, ca şi prin metoda chirurgicală, cercată de curând de a depărtà cavernele.

Nu este nici un chip de a face să dea îndărăt procesul de stricare din plămâni, decât doar făcând să dea îndărăt pe încetul acest act de distrugere care s'a pregătit ani de zile. Prin metoda mea am reuşit să-l fac să dea îndărăt. Lucrul cel mai însemnat la boala

---

1) Vezi: *Louis Kuhne, sunt sănătos ori bolnav?* O cercetare şi sfătuitor pentru ori cine, a 16 ediţie germană, tradusă în englezeşte, franţuzeşte, româneşte, spaniolеşte, portughezeşte, olandeşte, italieneşte, daneşte, ungureşte, telugu. Preţul 65 bani, editura Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Preţul ediţiei a III românеşte 10 lei. Editura lui Dr. Toma Simionescu, Bucureşti, str. 11 Iunie, 7.

de plămâni este tocmai a *cunoaşte la vreme starea acestora,* cu ani de zile înainte, încă din copilărie, ceeace se poate prin ştiinţa fizionomiei. Pentru aceasta este cercetarea nouă, cunoaşterea bolilor de plămâni, de cea mai mare însemnătate.

Neapărat, pentru şcoala medicală e aproape tot aşà de nefolositoare această cunoaştere timpurie, fiindcă ea nici în starea începătoare, nici în cea înaintată nu are leac adevărat pentru tuberculoză. In starea dela început a boalei sunt cazuri când cel mai deştept bolnav nu are cea mai mică idee dacă e bolnav. Şi-i foarte greu a convinge asemenea bolnavi că au boală de plămâni. Mi s'a întâmplat ca să spun unei fete tinere şi frumoase, care erà în slujbă la mine, că-i atinsă primejdios la plămâni şi că ar trebuì să facă numai decât cura mea, că altfel o să moară până într'un an. Fata supărată m'a încredinţat că-i sănătoasă tun şi că nu-i trebuie nici o cură. Am tăcut, şi peste patru luni am aflat de moartea ei. Incăodată s'a adeverit, din nenorocire, spusa mea. Peste trei luni se îmbolnăvise, şi a zăcut patru săptămâni de atac galopant.

După aceste lămuriri, putem înţelege pricina bolilor de plămâni. Aceste boli sunt toate stările din urmă ale altor simptome de boli, nu în adevăr vindecate, ci mai mult înăbuşite. Intâiu vin din bolile organelor sexuale, de-adreptul sau nu, ori ca moştenire a încărcării. Aceste materii străine ajung la o stare cronică şi se arată la copii sub formă de scrofule ori tuberculoză, căci copiii sunt doar rodul trupului întreg, adică o chintezenţă, care are tocmai aceleaşi însuşiri ca şi insul bolnav.

Am observat că scrofuloza, mai târziu, se preface în tuberculoză, aşà că întâia e adesea o trecere spre cea de a doua. Se mai vede de acì că trupul tânăr are la început destulă putere de vieaţă şi dă afară materiile bolnave şi apără organele nobile, dar pe urmă, înce-încet pierde această putere şi din pricina materiilor străine cari se aşează mereu în organele năun-

trice, se ajunge la tuberculoză. *E cu desăvârşire neadevărat că un om deplin sănătos, încărcându-se cu materii străine, cu cât de mulţi baccili, să se îmbolnăvească deodată de tuberculoză.* Pentru desvoltarea tuberculozei trebuie temperatură ridicată, pentru că numai la aşà temperatură se pot desvoltà bacilii tuberculozei.

Asemenea temperaturi anormale sunt numai la cei cari moştenesc asemenea încărcare, ori când cineva trăeşte cu totul protivnic naturei, încât tot organismul se ruinează, în puţină vreme.

Lucrul de căpetenie e a înţelege bine că toate bolile de plămâni, ca şi celelalte boli îşi au izvorul în pântece, adică într'o mistuire slăbită. Se poate ca uneori să fie pricină de moştenire, dar nu trebue să credem că ar fi o încărcare de-adreptul a plămânilor, ci mai mult o slăbiciune, în legătură cu toate organele din lăuntru, şi plămânii fiind mai delicaţi, nu au destulă putere, nu pot da afară îndestul materiile străine, şi de aceea se aşează mai ales acì, căci găsesc mai puţină împotrivire. De aceea este însemnat lucru pentru cei cari au moşteniri spre oftică, să se ferească de orice încărcare a trupului, cu materii străine.

Pricina care face pe maimuţele dela tropice să piara de oftică în grădinile noastre zoologice, este schimbarea hranei şi turburarea mistuirii. Tot aceasta pricinueşte şi acì îmbolnăvirea de oftică. Clima mai rece pe care se dă toată vina, ajută doar atâta că la temperatură mică, fermentaţia şi mistuirea se face mai încet, mai ales când animalele nu pot aveà hrana hotărâtă dela natură. Lucrează împreună doui factori împotriva sănătăţii lor. Adesea am observat maimuţe la felurite stadii ale boalei, după vremea de când erau aduse, şi am putut să fac diagnoza sigură, cum la început erà numai mistuirea nenormală, înainte de a le apucà alte boli. La noi, oamenii sunt tocmai aşà, numai că temperatura nu ni-i atât de neprielnică, aşà că

avem aface numai cu o hrană şi c'un fel de traiu nepotrivit.

Adesea am observat la atacaţi că trupul nu se poate hrăni nici cu cele mai alese mâncări, şi din pricina căldurii năuntrice, se usucă.

Cele mai artistice mâncări, şi mai concentrate nu sunt pentru hrană preţioase, ci puterea de-a mistui este unică şi singură de preţ spre a păstrà organizmul. Dar cât e de felurită această putere de mistuire, ştie bine cel care a avut mult aface cu bolnavi. Dacă este în trup încărcare cu materii străine, plămânii, din pricina mărimii şi întinderi lor, sunt în primejdie fiindcă materia străină care merge la cap, trebuie să ia drumul mai ales prin plămâni, dacă plămânii sunt din astă pricină tare încărcaţi, atunci materiile străine se aşează în ei, în loc să meargă spre cap ca mai înainte.

Intâiul loc de stricare sunt capetele de sus ale plămânilor cari sufer întâiu şi întâiu.

Aceasta vine de acolo, că materiile străine aflătoare în trup, în prefacerea sau dospirea lor, caută să se urce în sus. Capetele plămânilor se isprăvesc, cum se ştie, la umere; când produsele ei de fermentare se urcă în sus, acolo le opresc umerii şi nu pot merge mai departe, de aceea capetele plămânilor sufer cele dintâiu. Iată deci pricina durerilor la umeri şi a junghiurilor ce simt atacaţii, câtă vreme plămânii nu le sunt încă stricaţi de tot.

După aceste deslusiri voiu trece la lămurirea nodurilor tuberculoase. Formarea tuberculelor se întâmplă în acelaş chip ca la hemoroizi (trânji), la noduri canceroase şi la toate celelalte noduri până la cele mai mici bubuşoare cari se fac pe trup. Pentru a descrie mai pe larg formarea acestora, trebuie să pătrundem mai adânc.

Am amintit înainte, că un trup sănătos are mereu pielea umedă şi caldă: bolnavii cronici o au uscată şi nelucrătoare. In cazul întâiu trupul se află în toată

puterea lui de viaţă şi dă afară toate materiile vătămătoare; într'a doua nu. Rămân deci în el o mulţime de materii, menite a fi depărtate şi fac să fie omul împins spre boală. S'a observat de multe ori că unii oameni, la anumite vremuri ale anului, fac regulat umflături (buboaie) în piele, mai ales la şezut, la gât sau la mâini. Inainte de asta au greutate în tot trupul, de care se mântue numai după ce sparge buboiul.

După ce isprăveşte buboiul, se simte, cel ce l-a avut, ca născut din nou ori cel puţin mai uşor şi mai întinerit. Să urmărim acest lucru mai departe şi anume să căutăm obârşia acestor buboaie. Vedem întâiu, că unde are să se facă un buboiu, cu zile şi săptămâni înainte, locul e învârtoşat, şi, pe încetul, începe a se înroşi. Se măreşte învârtoşarea şi se tot umflă, aşă că la urmă se face un nod tare în piele, cu dureri şi, din ce în ce mai aprins şi mai roş. Din toate părţile sunt împingeri spre aceste noduri, din care pricină e dureros mai ales la mişcare. Când umflătura a ajuns cel mai înnalt grad, învârtoşarea se moaie din toate părţile, până se deschide şi se deşartă. Prin formarea acestui buboiu, materiile bolnave au eşit afară din trup deadreptul. Acest fapt e deci o alungare din trup a materiilor străine. E întrebare, de ce nu găsim acest lucru la oricine? Am spus mai sus că prin asudare se face acelaş lucru. La unii e; la alţii nu.

Lucrul atârnă cât de mare e puterea de vieaţă. Unde este multă putere de vieaţă, în trup şi, când materiile străine nu se pot da afară toate pe căile naturale, se fac buboaie în piele.

Dacă trupul nu are atât de mare putere de vieaţă ca să poată da naştere la asemenea crize, fie că e slăbit prin medicamente, ori dacă a slăbit în timpul crizei, ori dacă e secătuit prin o vieaţă nefirească, atunci trupul nu poate da afară materiile străine nici a le depărtă prin buboae. Tot se fac adunări şi se învârtoşează unele locuri, dar nu sunt dureroase, criza rămâne neisprăvită şi, în loc de un buboiu, avem un nod.

Acesta e deci un buboiu *nedesvoltat ori o cătime de materie bolnavă închisă,* uneori. Dacă mai are trupul ceva putere de vieaţă tot le mai aduce până la piele. Le putem vedeà la gât şi în multe alte locuri, câte mai multe la un loc. Cei ce nu au destulă putere de vieaţă ca să ducă lucrul atât de departe, fac asemenea noduri şi înăuntrul trupului, emoroizi şi cancer. Dacă putem prin vreun mijloc oarecare să sporim puterea vieţii în trup, vom aveà şi o schimbare la aceste noduri. Şi mai înainte au observat la cura cu apă, făcându-se umflături numeroase. Prin această căutare se sporeşte puterea de vieaţă a trupului, cum face şi metoda de căutare naturală veche, deci trupul poate duce mai departe lucrarea de curăţare neisprăvită şi face buboae.

Noi avem mijloace şi mai nimerite pentru a ridicà şi mai mult puterea de vieaţă a trupului, de aceea izbutim deadreptul a împrăştià şi topì aceste noduri. Dacă depărtăm destul de repede aceste materii prin organele de dare afară, cum putem prin băile de şezut cu frecături şi totodată numai băgăm prin hrană în trup alte materii străine, atunci nu se maii fac alte umflături în piele, ci nodurile se topesc înlăuntru, întocmai cum s'au format. Prin căutarea veche cu băi izbuteau de asemenea să topească nodurile, dar nu depărtau cu plan materiile străine şi de aceea se făceau buboae şi coşuri, numai când trupul mai aveà destulă putere să lucreze, cari prin metoda mea, nu se fac. Am reuşit să depărtez materiile străine pe căi naturale şi sigure. Am văzut deci că nodurile tuberculoase sunt umflături nedesvoltate cari au aceiaş pricină ca şi toate nodurile din trup. Dacă nodurile se găsesc la unii ici, la alţii dincolo, lucrul atârnă de felul încărcării.

Acuma, după ce cunoaştem pricina adevărată a tuturor nodurilor şi acelor tuberculoase, ştim şi calea vindecării. Vom zice acuma că tăierea nodurilor, cum face şcoala medicală, este mijlocul cel mai protivnic vindecării.

Se îndepărtează numai pricina pe dinafară, dar niciodată pricina nodurilor. Aceste noduri se pot vindecă numai prin întărirea puterii de vieaţă prin care trupul ajunge în stare să depărteze nodurile.

Printr'o însuşire a puterii de vieaţă şi prin condiţiile vieţei, aceste noduri, chiar când sunt calcaroase, pot să dea îndărăt pe aceeaşi cale pe care s'au format şi să dea afară din trup. Asta se face prin căutarea mea, urmată ani de zile.

Materiile fermentătoare nu iau totdeauna aceeaşi cale, de aceea se întâmplă că la unii sufăr întâiu vârfurile plămânilor, la alţii mijlocul ori partea dinainte şi se pricinueşte astmă, catar ori aprinderea bronhiilor. O aprindere a acestora se întâmplă mai ales la bolnavii cronici de plămâni.

Deosebite boli cronice de plămâni duc la aprindere acută, precum:

Aprinderea de plămâni şi pleurezia. — Acestea sunt crize vindecătoare, în cari trupul lucrează să dea afară materiile străine. Dacă nu ştii cum să le cauţi, duc repede la moarte. Cu metoda mea aceste friguri fierbinţi sunt aproape sigur neprimejdioase. Prin întrebuinţarea băilor de şezut cu frecături avem putere asupra boalei, încât mai nu-i primejdioasă organismului. Vindecarea acestor crize acute e nemai închipuit de repede.

Pentru a le înţelege mai bine, voiu aduce un caz din practica mea. Intr'o zi m'au chemat la o familie unde eră o fată de 9 ani, bolnavă greu de aprindere de plămâni. Doctorul de casă o căutase timp de două luni cu creozot, fără să-i folosească nimic şi-i stricase cu această otravă până într'atâta mistuirea, încât părinţii se aşteptau să le moară fata curând. M'au adus în cele de pe urmă. Am spus părinţilor, dacă vor încetă cu medicamentele doctorului şi vor urmă cura mea, în scurt timp va fi îmbunătăţită. Şi aşă s'a şi întâmplat. Chiar a doua zi după cură, s'a văzut îmbunătăţire, iar peste opt zile, fata a fost în afară de orice primejdie.

In câteva săptămâni puteă să umble pe afară. Dacă ar fi făcut dela început cura mea şi nu după două luni de căutare cu creozot, vindecarea s'ar fi făcut deplin în câteva săptămâni.

La toate suferinţele de plămâni, observăm înlăuntrul lor temperatură înaltă. In plămâni se întâmplă o descompunere a aerului atmosferic. Când tragem aerul în plămâni, şi apoi îl dăm afară, plămânii descompun aerul (în oxigen şi azot), oxigenul rămâne parte în trup, iar azotul împreună cu materiile bolnave ale trupului se dau afară. Aşă se face în plămâni compunere, descompunere, ardere neîncetată, pentru a cărei explicare i-a trebuit foarte mult timp şi osteneală chimiei. In plămâni sunt, din pricina aceasta, ridicări de temperatură, sunt şi mai mari când aceştia sunt încărcaţi ori fermentează materiile străine.

Am spus că baccilii sunt productele fermentării materiilor străine din trup şi puterea lor de desvoltare e după felul lor la altă temperatură. Fiindcă tuberculoza e însoţită de călduri mari, de aceea acestea sunt, se vede, prielnice baccililor.

Ştie atâta şi şcoala medicală, dar nu se foloseşte, deşi caută mereu leacuri nefireşti împotriva baccililor, înşelându-se asupra naturei acestora.

Şcoala modernă se sileşte a arătă că orice boală are pricină un baccil. Uită cu desăvârşire că, după cum aceeaş plantă în felurite climate se desvoltă felurit, după cum aceleaşi păsări în felurite climate sunt felurite, tot aşă şi toţi baccilii, la deosebite temperaturi şi clime, sunt deosebiţi.

Celor cari au urmat cu luarea aminte explicaţiile mele, le va fi lesne a găsi drumul vindecării bolilor de plămâni. Trebue să regulăm temperatura lăuntrică anormală, să sporim puterea de vieaţă, până ce va face trupul să fie deplin regulat şi normal. Pentru a ajunge la acest scop, pe lângă dieta mea, singură în stare să reguleze trebuie întrebuinţate şi băile de şezut cu frecături. Cel mai greu lucru e a luă băile cu regula

cuvenită. Temperaturile prea urcate ale trupului nu le putem coborî pe mult timp, de aceea trebuie potrivit lungimea şi şirul băilor după starea bolnavului. Acest lucru îl poate face numai vreunul din şcolarii mei, fiindcă trebuie multă pătrundere a metodei. E bine să stea bolnavul cât mai mult la aer cu soare. Mai cu seamă sunt însemnate în toate bolile de plămâni băile de soare, când vremea e potrivită.

Cât despre injecţia cu tuberculină o resping. Lucrarea ei se vede. Otrava ce dăm bolnavului, lucrează asupra materiilor străine, ca şi fermentul asupra aluatului, făcând fermentare. Se poate deci întâmplă o schimbare în starea de fermentare a materiilor străine, care vădit să fie legată cu altă temperatură lăuntrică. Urmarea e că baccilul tuberculozei care s'ar fi putut desvoltà numai în temperatura dinainte, trece într'o stare care se crede că e nimicitoare lui. Dar niciodată nu se întâmplă depărtare deplină a materiilor streine, ori eliminare a pricinei adânci.

Altoirea este şi rămâne un leac părut, ale cărui rele se vor vădì mai curând ori mai târziu. Şi aşà, după câteva luni de bucurie ce stârnise injecţiile cu tuberculină, s'a văzut ce înşelare grozavă erà. Din toate părţile numai rapoarte rele dela doctorii şcoalei moderne, şi azi acea injecţie abià mai are interes istoric. S'a adeverit şi cu aceasta în deajuns că *fiecare vaccin e cea mai mare şarlatanie.*

O vindecare a bolilor de plămâni se poate căpătà numai în timp de ani de zile în cura mea. La boli prea învechite, se poate cel puţin uşurà starea până în cele din urmă clipe. Vindecarea boalei de plămâni atârnă numai de puterea de vieaţă a bolnavului, şi dacă se mai poate ridicà puterea de mistuire. Dacă se reuşeşte să se îmbunătăţească mereu aceasta, se văd lucruri uimitoare, dacă nu, nu e nici vindecare. Am avut mulţi bolnavi în cura mea, cari în timp de necrezut de scurt, s'au vindecat, fiindcă li s'a putut îndreptà mistuirea. Am avut pe unii cari erau înaintaţi în boală,

şi aveau noduri tuberculoase, am observat cum acestea dădeau îndărăt în vreme de ani.

In fiecare dată, când asemenea noduri se topesc, se întâmplă o criză, care, deşi nu e primejdioasă în sine, dar e foarte dureroasă. Cu metoda mea regulam temperatura, şi, când e potrivită, materiile străine dau îndărăt. Atunci se capătă vindecare. Dacă e trupul cu putere, băile de şezut cu frecături sunt cel mai bun mijloc pentru depărtarea materiilor străine din plămâni şi pântece; e bine de făcut băi de abur, cari vara se pot înlocuì prin băi de soare. Dietă aspră şi aer curat sunt neapărat biruitoare.

Când e vorba de bolnavi, la cari boala e prea înaintată, băile de şezut aţâţă prea tare, de aceea se înlocuesc mai bine cu băi de trunchiu. Apa să fie de 22°—24° R=27°5—30° C. şi s'ajungă până la umeri. Bolnavul stă la început 5 minute, pe urmă mai mult în bae; după nevoe, şi repetă baia de mai multe ori pe zi. Dacă se mai întăreşte bolnavul, i se poate face şi băi de şezut cu frecături.

Adesea nu se poate mări puterea de vieaţă şi de apărare a trupului şi nici aduce o vindecare, dar, ori cum, aceste băi aduc uşurare. Dacă mai este mistuirea în stare a se îndreptà, tot mai e şi nădejde de îndreptare.

Ca încheere, voiu aduce câteva cazuri de vindecare.

Astm. — O doamnă, în vârstă de 65 ani, sufereà de astm foarte tare. Doctorul îi dă hapuri de creozot şi prafuri, îi stricase mistuirea, la urmă a sfătuit-o să meargă într'o localitate călduroasă, căci, după părerea lui, nu erà nici un mijloc de vindecare să poată ajutà la acest astm.

Abià puteà face zece paşi, aşà o chinuià astmul. Dar, pentru cine cunoaşte mijloacele de vindecare ale şcoalei moderne, ştie că trimiterea bolnavilor în ţări mai calde înseamnă: „Nu-ţi mai putem face nimic, din partea noastră, încearcă, dacă natura mumă îţi poate ajutà!“ Aşà a înţeles şi bolnava, de aceea, după sfa-

tul unei prietene a venit în căutarea mea ; doctorilor le-a spus că vrea mai bine să moară ací, decât între străini, departe. A început cura la începutul lui Decembrie, pe o vreme rea şi neguroasă. Apăsarea materiilor străine în sus eră foarte însemnată. Dar urmă sfaturile mele cu cea mai mare sfinţenie. N'a trebuit de aşteptat mult până ce apăsarea să se lase în jos, când mistuirea i s'a regulat. Depărtarea materiilor străine se făceà prin sudoare şi excreţie. Luà zilnic băi de şezut cu frecături şi mai rar băi de abur. In câteva luni boala a dat mult îndărăt. Toate fenomenele ce avusese la începutul boalei, le aveà acum din nou, atât numai că darea lor îndărăt eră de douăsprezece ori mai repede decât încărcarea. Fiecare lună de cură lucrà în bine tot atât de repede cât lucrase un an la îmbolnăvire, aşà că în trei luni se vindecă de astm.

Incă un caz interesant de astm trebuie să mai spun ací. E vorba de un domn de 60 de ani, care sufereà de mai mulţi ani de acest rău şi eră părăsit de doctori. Din pricina medicamentelor luate, ani de zile, îi erau puterile trupului foarte slăbite.

Cele dintâiu băi i-au adus uşurare. Fiindcă uşurarea ţineà la început numai în timpul băei şi puţin timp după aceea, bolnavul făceà băi mai des decât i-am poruncit eu. Aşà adesea lua şi noaptea câte o bae, fiindcă tusea chinuitoare nu-l lăsà să doarmă. Dacă făceà o bae de jumătate de ceas, puteà dormì un ceas, până ce frigurile cu tuse erau atât de puternice, încât nu mai puteà dormì. In timpul băilor, trupul capătă putere şi scoteà tuşind o mulţime de materie, se uşurà. Din lună în lună, bolnavul, care eră pe moarte, capătă tot mai multă putere de vieaţă, încât se făcu mai vioi şi mai vesel. După o cură de unde eră chel, i-a crescut păr sur, ceeace a umplut de mirare pe toţi cunoscuţii lui.

Tuberculoză (înaintată). — La ceasurile mele de consultaţie venì o doamnă de 30 ani, care sufereà de

tuberculoză înnaintată. Răsuflă mai totdeauna cu gura deschisă, mai ales în timpul somnului. Mama ei murise la vârsta de 45 de ani, de oftică. Lăsase tuturor copiilor înclinare la această boală.

In copilărie, bolnava, ca surorile ei, suferise de scrofule. La vârsta de 20 ani, bolnava aveà faţa plină şi rumenă, care se făceà adesea vânătă, roză. In anii următori mai slăbì şi erà mai normală. Tuberculoza moştenită a început a se arătà. Mistuirea începu a fi neregulată.

Incuere ori diaree şi coloarea şi mirosul excrementelor arătau limpede, cât de neregulată erà fermentarea în acest trup. Pe lângă dureri de cap şi de dinţi începu a aveà şi junghiuri de piept şi de umere. Aceste dureri se întâmplă numai în timpul când se strică plămânii. Odată ce o parte din ei este stricată, durerile încetează acolo. Şi menstruaţia bolnavei erà neregulată şi dureroasă; se opreà uneori luni de zile, apoi începeà cu furie. Simţeà oboseli, nelinişti mari şi nemulţumiri. Acela care nu cunoaşte ştiinţa fizionomiei, ar fi socotit pe doamna aceasta model de sănătate. Obrajii roşii frumoşi şi chiar formele trupului destul de pline, înşelau pe orice necunoscător. Bolnava începu cura mea deplin cunoscătoare de starea ei bolnavă. Zilnic băi de şezut cu frecături, silinţe pentru a asudà şi dieta neaţâţătoare, cât şi starea în aer liber. Intr'o jumătate de an i s'a îmbunătăţit într'atâta starea, încât urcarea treptelor şi umblatul care înainte o oboseau, acum le făceà uşor. Căpătă mistuire mai bună, erà mai mulţumită, nu mai aveà dureri de cap.

Se vedeà lesne cum încărcarea se coborâse de sus în jos. De două ori în anul întâiu de cură avu crize puternice, când se topiră nodurile în plămâni; în timpul crizei care ţineà două-trei săptămâni bolnava simţeà slăbiciune mare, dar trecătoare, *o criză de vindecare,* care pentru starea ei cronică nu păreau bătătoare la ochiu.

In anul al doilea al curei starea bolnavei s'a mai

îmbunătăţit încă, a mai avut încă două crize şi aşă, după doi ani de cură, boala ei grea de plămâni s'a vindecat.

Tuberculoza. — Să mai dau cevă însemnat din cura mea. Veni la mine un domn de vreo 40 de ani, bolnav de tuberculoză, după spusa doctorilor şi care trebuiă să meargă pe multă vreme să stea în Italia. Am cercetat pe bolnav şi am văzut, după ştiinţa fizionomiei, că la el boala de plămâni erà cronică şi că poate ar mai fi trăit în Italia vre-un an de zile. A început cura mea. După patru săptămâni capătă un catar la băşică şi la maţe, de care suferise cu nouă ani înainte. Acuma se arătară mai slabe şi se vindecară în 14 zile. Din pricina tratamentului meu, puterile vieţii fiind sporite, s'au arătat aceste boli cari înnainte fuseseră numai înăbuşite prin medicamente.

S'a mai arătat şi o scurgere, de care suferise la 20 de ani şi care fusese înăbuşită tot prin medicamente şi aceasta s'a isprăvit în două săptămâni, boala de plămâni luă alt mers, aşà că bolnavul se credeà deplin sănătos. După sfatul meu mai ţinu cura încă vre-o câtva timp şi, după o jumătate de an, fu deplin vindecat.

Tuberculoza oaselor şi caria. — Am avut foarte mulţi bolnavi cu această boală în tratamentul meu şi am căpătat foarte bune rezultate. Mai toţi suferiseră în copilărie de *boală englezească* (rachitism), care e oarecum începutul celorlalte boli. Oasele le erau dela inceput moi, fărimicioase şi se rupeau lesne de tot. La vârsta pubertăţii ori şi mai curând începeà caria oaselor; oasele picioarelor ori mâinilor putrezeau şi se răreau ca buretele, în vreme ce încheerile se umflau tare. Adesea le-au tăiat mâinile ori picioarele. Unora li se hotărîse înainte de a veni în cura mea că nu se mai pot vindecà.

In cura mea a început însă darea îndărăt a acestei boli. Dar picioarele tăiete nu le pot face să crească. Iată de ce, după părerea mea, operaţiile sunt un mij-

loc nepotrivit de vindecare. Pretind că prin asemenea lucrare potrivnică naturei niciodată nu s'a vindecat vre-o boală de acestea, nici nu s'a depărtat pricina. Numai când putem face să dea îndărăt aceste boli pe acelaş drum pe care au venit, reuşim.

Imi aduc aminte de un băiat care a venit la cura mea. Amândouă oasele dela fluere îi erau deschise până la glezne şi pe jumătate putrede. Doctorii vreau să-i taie amândouă picioarele. Atunci părinţii au adus băiatul la mine. A început băile de şezut cu frecături şi dieta neaţăţătoare, şi după patru săptămâni, rănile dela picioare au început a se închide dinlăuntru în afară, şi pielea se plecă spre rana cea lungă de 8 degete, la piciorul tăiat, ca şi la un copac cărei îi creşte coaja. Amândouă picioarele i s'au vindecat în jumătate de an. I-au mai fost rămas numai două răni mici scrofuloase, cari s'au vindecat şi ele în două luni. In acelaş timp s'a schimbat starea generală a copilului. In locul melancoliei i-a venit veselia copilărească.

Alt caz a fost cu un băiat de 9 ani, aveà un genunchiu tuberculos care trebuià de aesmeni tăiat. Acì au trecut vre-o 9 luni până ce materia bolnavă s'a tras spre pântece, şi-a căpătat o rană la osul şoldului. Peste un sfert de an a putut să alerge şi să fugă ca şi alţii.

Lupus. — Numeroasele vindecări, căpătate prin metoda mea şi la lupus, mărturisesc de ajuns că nu e dezarmată nici acì.

Voiu spune un caz de lupus de mare interes. Bolnava erà de 38 ani. Până la vaccinarea dela doi ani fusese deplin sănătos. Dela acest timp i-a început nenorocirea. După vaccinare capătă o erupţie de piele, care la vârsta de 10 ani se prefăcu în lupus la faţă. Aproape 30 de ani a suferit de boala aceasta dureroasă, deşì a consultat o mulţime de doctori însemnaţi. Faţa îi erà fioroasă. Nu se puteà arătà nicăeri fără ca semenii ei să nu se sperie. In această stare desnădăjduită venì la mine; toţi doctorii îi spuseseră că nu o

pot vindecà. Cercetările mi-a arătat că are o încărcare nu tocmai grea.

Deci i-am făgăduit vindecarea aproape sigură. Cura a fost cea ştiută. După 14 zile numai, a început rana să se schimbe şi nu mai erà aşà de respingătoare.

Mistuirea care fusese cu totul lăsată la o parte în celelalte tratamente se îmbunătăţise. Urmarea a fost c'a avut straşnice eliminări, prin cari a dat afară sucurile bolnave. In 7 săptămâni, bolnava aveà faţa normală.

Pricina acestei repeze însănătoşiri a fost că aveà o încărcare înnainte. Toţi cei cari cunosc lucrarea mea despre ştiinţa fizionomiei, vor înţelege de ce e aşà.

Am avut şi cazuri de lupus, cari nu erau aşà de înrădăcinate şi cari, cu toate acestea s'au vindecat în mult mai îndelung timp. Asemenea cazuri sunt cele cari sunt din pricina unei încărcări la spate ori în partea stângă.

Unii din aceşti bolnavi au lăsat cura numai după câteva săptămâni fiindcă nu vedeau înbunătăţirea decât doar la mistuire. Din nenorocire n'au avut statornicie ca s'aştepte timpul trebuitor spre vindecare.

O urmare foarte bună a metodei mele de vindecare o povesteşte o doamnă din Stettin. Şi aceasta suferea de 19 ani de *lupus la faţă* şi nu se mai puteà arătà s'o vază ochiu de om. Umblà cu văl gros. Toate mijloacele medicale de azi le întrebuinţase d-ra Sch. vreme de 19 ani, până a ajuns la tratamentul meu care i-a adus îndată alinare şi vindecare, aşà că mi-a trimes, fără să-i cer, următoarea scrisoare de mulţumire:

Prea onorate d-le Kuhne !

Starea mea mă sileşte să vă aduc cele mai calde mulţumiri pentru lucrarea curei d-voastră, prin care am scăpat de greaua mea suferinţă. Am întrebuinţat-o

cu cel mai *mare succes*. Mă aflu iar în putere şi sănătoasă că, pot să-mi caut de treburi fără de greutăţi. Mă simt cu atât mai fericită, că mai mulţi doctori pe cari în timp de 19 ani, i-am consultat n'au fost în stare să mă ajute, ori măcar să-mi aducă vre-o alinare.

Indemn deci, pe toţi bolnavii, fie de orice boală ar fi, să încerce această metodă şi vor fi uşuraţi, şi te rog, onorate d-le Kuhne, publică rândurile acestea în interesul cauzei şi a celor ce sufăr.

Cu cea mai mare stimă şi adâncă mulţumire, rămân a d-voastră,

A. Sch. Stettin.

BOLILE LUMEŞTI

La o parte ruşinea ne la locul ei, la o parte sfiala, care este numai vălul unei orbiri nenorocite, căci lasă să bântue în ascuns relele, cari n'ar puteà să fiinţeze în lumina cunoştinţei, în razele curate ale judecăţei fireşti. Pe faţă şi fără sfială să vorbim despre bolile ascunse ale omenirii, despre suferinţele ţinute secrete. Răul adus omenirei de bolile lumeşti e atât de mare şi de puternic, că ar fi păcat dacă aş tăceà şi n'aş arătà izbânzile mele şi că le-am putut tămăduì cu cea mai mare siguranţă. Tocmai neştiinţa generală e pricina acestei boli şi mai ales tratarea cu medicamente, a adus omenirii cea mai mare nenorocire în cât trebue vorbit pe faţă. Că azi bolile lumeşti sunt mai răspândite decât altă dată, nu se poate tăgăduì; mai ales sifilisul, face azi pe an mii de victime şi împinge o mulţime de bolnavi în mizerie nespusă.

Toate metoadele de vindecare de până acum, afară de metoda nouă naturală, sunt neputincioase în faţa sifilisului. Ele cel mult pot, cu unsori de mercur şi altele, amorţì boala şi a o liniştì.

Spre nenorocirea bolnavilor, li se spune că-i vindecare şi ei cred. Dar tocmai prin această greşală s'a pricinuit mult rău. Mulţi dintre aceştia, aşà zişi vindecaţi după spusa medicilor, s'au însurat, şi după căsătorie, au aflat cât de rău i-au sfătuit.

Sănătatea şi vieaţa femeii e în cea mai mare primejdie, când trăeşte cu un bărbat care are silifis ascuns.

Impreunarea sexuală este o unire prin care cele două trupuri se echilibrează. Atunci, dacă bărbatul nu-i deplin sănătos, femeia capătă sifilisul ascuns foarte lesne şi suferă de boală ori chiar se prăpădeşte. Copiii din asemenea căsătorie nu pot trăi, fiindcă nu se pot desvoltà normal.

Indrăznesc să spun că sifilisul ascuns ori cronic e mai primejdios decât cel acut, căci la acest din urmă bolnavul are asupra lui un semn, care arată lămurit în ce hal e.

Şcoala medicală cunoaşte starea latentă a sifilisului, deşi e în stare s'o afle numai când s'arată iar în formă acut. Şcoala medicală mărturiseşte, fiindcă nu poate altfel, că boala a mocnit atâta vreme în trup. Nu vorbesc destul de strălucit oare faptele, că şcoala medicală n'a ştiut altfel nimic nici despre această boală ascunsă?

Prin ştiinţa fizionomiei, nici acì nu suntem fără de ajutor, chiar când nu sunt încă de loc întoarceri la forme acute.

Prin ea putem cunoaşte cu mult înainte predispoziţia pentru toate bolile lumeşti, încât răul se poate depărtà cu mult înainte. Nu voiu vorbì de feluritele boli sexuale ca *scurgerea albă, gonoree, şancăr, buboaie sifilitice, poluţii,* etc. Voiu observà numai, că numele feluritelor boli pentru noi e tot una, fiindcă ştim că toate au aceeaşi pricină şi că formele felurite atârnă numai dela aşezarea felurită a încărcării trupului cu materii străine.

Nu e întâmplător că natura a pus împreună organele genitale cu cele de dare afară. Organismul e silit, a aduce productele lui de elementare spre aceste eşiri, de aceea aceste organe sunt şi locul tuturor aşezărilor de materii streine. Mai ales la femei se vede

bine și lucrul are mare însemnătate. Nu se poate ca aceste zemuri iuți să nu pătrundă în celălalt trup ca o alifie prin ajutorul puterii de absorbire a pielei. In acest chip materiile cele mai rele dela femee trec la bărbat și din contră, dacă el e mai greu încărcat decât femeia, atunci, materiile generătoare care se compun din sucurile lui, se întrupează la femee și lucrează asupra ei îmbolnăvind-o mai rău.

Se mai întâmplă și alte celea, pe cari pentru ca să le explicăm trebue să mergem ceva mai departe. Instinctul sexual e cunoscut de toată lume, dar e destul de întunecat și n'a fost încă bine destlușit. Despre obârșia lui, școala modernă spune puțin; cât despre ceeace face să fie anormal, și mai puțin.

Cu toate acestea se găsește în scrierile ei că după instinctul de păstrare, cel de reproducere e cel mai tare. E de neînțeles de ce al doilea factor al vieței noastre, azi e atât de puțin luat în seamă, încât până la un punct se socotește nefiresc, și în cel mai înalt grad neestetic și necuviincios. Ca și toate celelalte instincte și instinctul sexual are o stare normală, iar dacă insul e încărcat cu materii streine, e și instinctul acesta anormal. Tocmai starea instinctului sexual e un termometru pentru starea sănătății, mai ales pentru bolile ascunse ori cronice și pentru lucrarea felului organismului. Starea anormală este numai din pricina apăsării substanțelor streine spre căile de dare afară, apăsare care pricinuește o stare de aţâțare a nervilor. Aceeași apăsare se împărtășește și organelor sexuale, odată cu scăderea puterii. Instinctul sexual normal lasă pe om liber de orice turburare a minții și a gândirii.

Normal e acest instinct numai la inși sănătoși, și a-l ține în stare normală, se poate numai prin dieta neaţâțătoare și prin vieața cumpătată. E nenormal îndată ce trupul va fi încărcat cu materii streine, ori va aveà o boală ascunsă.

Boala lumească poate căpătà numai acel al cărui

trup e încărcat cu materii streine. Aşà se explică de ce unii capătă sifilis, şancăr, iar altul nu.

Am cunoscut cazuri în care doi bărbaţi supuşi la aceeaşi primejdie de molipsire, unul a rămas neatins, iar celălalt s'a molipsit. S'au întâmplat şi cazuri contra. O femee a trăit îndelung cu un singur bărbat, acesta a plecat, şi altul i-a luat locul. Deşi nici unul nu eră bolnav şi n'avusese relaţii sexuale, cel al doilea capătă sifilis, iar femeea n'avu nimic.

Intocmai ca şi drojdia în aluat lucrează materiile străine ale unuia asupra materiilor bolnave din organele sexuale ale altuia, producând o fermentare mai ales dacă ţinem seama de lucrarea liniştitoare şi întăritoare ce are asupra trupului echilibrarea sexuală. Prin această lucrare trupul câştigă atâta putere de vieaţă, încât dă afară, printr'o criză de vindecare, materiile streine ce le are, ca sifilis, şancăr, etc. Aceasta aruncă lumină asupra acelor cazuri ca de ex.: un bărbat trăeşte ani de zile în căsătorie regulată cu nevasta sa, şi deodată, din întâmplare având legătură cu altă femee sănătoasă, capătă sifilis. Relaţiile cu nevasta lui îl obişnuiseră, şi nu putuse aveà asemenea lucrare, fiindcă se echilibraseră, pe când legătura nouă aduse alt echilibru nou şi deci boala.

Am spus aceste cazuri, ca să arăt ce fel e cu putinţă o molipsire. Mă voiu ferì a mă atinge măcar o vorbă de relaţiile sexuale în afară de căsătorie; căci acì am de vorbit numai despre boală, pricina ei, de început şi vindecarea ei şi am luat asemenea pilde fiindcă îmi trebuiau.

Astfel ajungem la încheierea că *bolile lumeşti sunt crize de vindecare* ale trupului, prin cari el se sileşte a da afară materiile străine aflătoare în el. Voim să vindecăm? Trebuie să depărtăm *pricina boalei,* încărcarea trupului cu materii străine, atunci vor încetà dela sine, una după alta, toate urmările ce se arată. De aceea este primejdioasă greşala şcoalei medicale, care crede că prin *injecţie cu medicamente* (foarte o-

trăvitoare, ca *mercur,* sub toate formele, *iod, iodokali, iodoform,* etc.), vindecă, când tocmai prin acestea înnăbușe cu putere toate silințele trupului. Firește că această înnăbușire se face pe seama puterii de viață a trupului, care erà înnainte destul de tare ca să producă o criză de vindecare.

Acuma după ce bagă în trup otravă, puterea vieței se va întrebuința spre apărarea organismului împotriva acestuia și deci nu va puteà lucrà la vindecarea boalei.

Ceeace școala modernă numește vindecare, e în sine o pacoste mult mai mare, pentru trup, decât însăși boala. Fără de îndoială e îmbrăcată în haina înșelătoare și acoperitoare a unei stări fără durere, dar cronică, de oarece nu arată formele acute ale boalei și pare vindecare.

Asemenea greșeli grele ale școalei medicale îmi propun să le combat, sprijinit pe dovezi ce nu pot fi răsturnate. Să arătăm dovezile.

După cum văzurăm, înnăbușirea bolilor lumești cu medicamente înseamnă o vindecare părută și nu o îmbunătățire, ci în adevăr o înrăutățire a stărei dinainte. Dacă reușim mai târziu ori mai curând, ades chiar după ani, ca să ridicăm puterile vieței prin măsuri potrivite, nu rareori fenomenele înăbușite ale boalei se arată din nou deși sub forme mai domoale și trecătoare.

S'a adeverit în practica mea mai de multe ori. Băile mele de șezut cu frecături reușesc să ție asemenea boli în frâu, încât pierd pe deplin caracterul îngrijitor.

De asemenea crize neprimejdioase, vindecătoare, nu trebue să se sperie nimeni, ele sunt urmarea firească a topirii materiilor bolnave și a medicamentelor ce am luat.

Toate bolile sexuale, între cari și pe drept mult temutul sifilis, prin metoda mea nu mai sunt atât de spăimântătoare. Fără mândrie trebue să mărturisesc, că această boală, care, pentru școala medicală n'are leac,

prin metoda mea se vindecă ca şi oricare altă boală, fără ca mai târziu să mai vie sub vreo formă oarecare. Dar trebue să spun că nu toţi sifiliticii se pot vindecà, ci numaî cei la cari puterea mistuirii poate fi încă îndreptată. Dacă se poate ţineà lung timp asemenea cură, e cu putinţă vindecarea, bine înţeles, având în vedere puterea de viaţă şi încărcarea bolnavului.

Toţi bolnavii de boli lumeşti sunt, după cum s'a spus dela arătarea boalei, încărcaţi cu materii străine ori altfel zis au în ei boala ascunsă. Dar dacă nu se vindecă, sunt supuşi la boli cronice şi mai rele, cunoscute sub numele de *astm, boală de plămân, tuberculoză, cancer, boală de inimă, dropică, pelagră,* etc. Dacă asemenea boli nu se arată totdeauna la aceşti bolnavi, dar se răzbună acel tratament greşit prea ades asupra urmaşilor, unele mame nevinovate se chinuesc cu copii *bolnavi de plămâni, de tuberculoză, de scrufuloză, de rahitism,* fiindcă nu cunosc pricina adevărată a acestei boli şi nu se pot învinuì pe sine. Despre bolile lumeşti ascunse ale soţului n'au auzit nimic şi nicì n'a învăţat despre moştenirea lor asupra urmaşilor. Se cunosc păcatele părinţilor la copii. Generaţia slabă bolnavă, este oglinda în care se poate cunoaşte prin învăţătura mea întocmai starea sănătăţii trupeşti a părinţilor la vremea zămislirei.

Dacă observăm mersul mai multor boli ca *scurgerea albă şi sculamentul,* aceste fenomene ne aduc un material vădit pentru adevărul metodei mele. Odată cu aprinderi locale trupul dă afară materii străine, puroiu. Desigur prin aceste aprinderi pot fi în acelaş timp atinse şi alte organe dacă nu ne pricepem a face aprinderea nevătămătoare organismului. Ori cum, acest fenomen va fi în adevăratul înţeles al cuvântului o criză de vindecare pentru trup. Cu cât va fi mai mare cântimea de materie dată afară, cu atât mai folositoare şi mai curăţitoare e lucrarea pentru organism. Inainte de toate trebue să căutăm ca darea aceasta afară, din trup să fie pe cât se poate nu numai fără durere, adică

să nu stingherească şi că totuşi să se facă în întregime. Prin băile mele potrivite pentru fiecare ins reuşim în cel mai vrednic şi de încredere chip. Lungimea curei atârnă de cât e de mare încărcarea. Să mai amintim încă odată acì despre mijloacele întrebuinţate de ştiinţa medicală împotriva bolilor lumeşti, *injecţii cu plumb, mercur, iodoform în organe* pentru a oprì scurgerea acelor materii pe cari natura le dă singură afară. Chiar caracterul medicamentelor arată toată greşeala acestor măsuri. E minune cum nimeni nu şi-a pus întrebarea: *unde se duce puroiul,* ce medicamentele îl opresc şi ce scop se urmăreşte. E cunoscut că natura nu face nimic fără de un scop hotărât.

Lucrările naturale se pot ajută numai cu *mijloace firești,* nu cu măsuri vitrege împotriva tuturor condiţiunilor vieţei, *mijloace dușmane, distrugătoare.*

Numai greşeala stricătoare a şcoalei medicale a făcut ca spitalele şi casele de sănătate să răsară ca ciupercile din pământ: dacă ar fi lucrarea şcoalei medicale, în adevăr folositoare, atunci spitalele ar trebuì să meargă scăzând.

La încheerea acestui capitol vă aduc câteva pilde din practica mea. E vorba întâiu de un domn de vreo 50 de ani, care mă întreabă despre o boală de inimă. După ce i-am dat sfatul potrivit şi-a făcut cura mea 19 zile, i se arată din nou o boală de rinichi care fusese vindecată; peste alte 19 zile i s'a arătat un *sculament,* de care suferise cu 18 ani înainte. Amândouă bolile s'au arătat mult mai domol decât fuseseră la vremea lor, după opt zile s'a vindecat şi sculamentul, starea generală a acestui domn se făcu minunat de bună. Boala de inimă i-a încetat.

In vremea curei mi-a povestit că el a avut sculament, şi că pentru vindecarea lui a întrebat doui din cei mai însemnaţi profesori. Cu medicamentele lor s'a vindecat. După aceasta, peste câţiva ani a căpătat iar sculament, şi iar a scăpat cu doctorii. După alţi doui

ani s'a îmbolnăvit de rinichi şi a avut mult de lucru, până ce, după consultul altor opt doctori însemnaţi, a înăbuşit cu medicamente într'atâta boala, ca să nu-l mai supere.

Nu mult după asta, începu boala de inimă împotriva căreia până atunci nu i-a fost folosit nici un mijloc, şi care ameninţă să dea în *dropică*. I-am spus că sculamentul nu se vindecase, ci numai se înăbuşise în trup şi de acolo i-a venit boala de rinichi. Prin înnăbuşirea acesteia, boala s'a dat la inimă, care, fără de cura mea, l'ar fi dat în dropică. De pe arătarea fenomenelor s'a încredinţat de metoda mea, după patru luni de cură s'a vindecat deplin.

Acum să mai arăt un caz de sifilis.

Domnul baron de E., în vârstă de 47 de ani, veni la mine cu câţiva ani înainte, în ceasul de consultaţie şi spune că suferă de *sifilis,* de vreo 10 ani. Mi-a spus c'a făcut cura cu mercur a doctorilor celor mai însemnaţi, c'a băut şi iodură de potasiu, cu toate acestea are mereu fenomene sifilitice, mai ales răni la gură şi la picioare, aşà că a pierdut orice încredere în doctori, căci starea lui generală nu-i nici măcar ca înainte de cura cu mercur. Mai ales după aceasta are o apăsare în cap şi numai are cugetarea limpede ca înainte. Cu ajutorul ştiinţei fizionomiei, am văzut că d. E., este încărcat tare, şi mai ales erau vădite toate otrăvirile cu medicamente. Erà deci netăgăduit că sifilisul, din pricina medicamentelor, erà într'o stare lentă. I-am dat zilnic 2—3 băi împreună cu hrana naturală. Urmarea a fost bună, chiar după un an de zile, bolnavul erà cu totul schimbat. Intâi mistuirea îi erà mult mai bună şi arătà bine la faţă. Şi cu desfiinţarea pricinei a încetat şi orice urmă de sifilis şi nu s'a mai întors. Mai larg în partea a IV-a.

Slăbiciunea bărbătească ori neputinţa. — Nu e dovadă mai mare de degenerarea noastră decât neputinţa bărbătească care bântue azi. Ştiinţa medicală n'a putut până azi în nici un chip vindecà. Stă în faţa ei

cu totul fără pricepere, fiindcă nu cunoaște pricina adevărată. Ea nu știe că fiecare neputință este o stare bolnavă, cronică, provocată de încărcarea trupului cu materii streine ori bolnave. Orice neputință se poate vindecà îndată ce reușim să curățăm trupul de încărcare. Azi suntem în stare de a o vindecà. Pot cu conștiința liniștită să spun că și aceasta într'o mulțime de cazuri s'a vindecat și se poate vindecà dacă se urmează cu pricepere și tărie de fier. Toate neregularitățile organelor sexuale se pot vindecà prin depărtarea pricinei, instinctul sexual își capătă puterea lui normală, așà că vindecatul e în stare să-și îndeplinească firește funcția sexuală. Cât de ades cele mai tari principii morale, nu apără de neregulele sexuale cele mai nefirești, de pildă de onanism! Am mângâierea că am primit cele mai calde mulțumiri, dela tineri și bătrâni, cu principii morale solide, fiindcă prin tratamentul meu au scăpat de deprinderi nimicitoare.

Neputința femeiască o găsim nu numai în înțelesul *nerodniciei* din pricina nedesvoltării ori a relei desvoltări a organelor sexuale năuntrice, dar se mai întâmplă și o nesimțire a organelor sexuale.

Mai mult despre aceasta la partea III-a a capitolului „Bolile femeilor".

Fiindcă instinctul sexual al bărbaților e deosebit de al femeilor, de aceea la ei se arată neputința altfel. Observăm semne hotărâtoare cu ani înainte, o atitudine nenormală și nervoasă a instinctului sexual. La copii și la bărbați se arată printr'o atâtare, printr'o aprindere cronică a organelor sexuale, de unde acea mare aplecare spre onanie. La cei mari se arată printr'o atâtare nenatural de mare a instinctului sexual. Acest fenomen mai e însoțit de o turburare a minței, în care cugetările bolnavului sunt atât de nefirești cu gândiri și simțiri erotice. La vârsta tinereței se face un fel de sfială în fața sexului femeesc, care câteodată ajunge adevărată spaimă și este legată cu neputința. Azi sunt atâți bărbați cu dare de mână necăsătoriți,

din pricina neputinței care se arată prin sfială față de femei. Câți bărbați tineri în vârsta cea mai puternică sunt neputincioși de a săvârși actul conjugal, fiindcă din pricina onaniei au ajuns neputincioși. Câte sinucideri și încercări de sinucideri nu trebue puse pe seama acestui lucru?

Dau câteva cazuri din practica mea, căci sunt de interes comun.

Acum câțiva ani veni la mine un tânăr de 23 de ani, care dela vârsta de 12 ani făceà onanie și care aveà să facă încercarea cu metoda mea de vindecare, ca să ajungă stăpân pe patimă. Zi și noapte îl chinuià gândul. Ajunsese neînstare a învăță ceva. Fără de putere, așa-mi spuneà el, trebuì să se dea onaniei, deși se silise din toate puterile să scape de ea. Nu găsise până atunci nici un chip de mântuire și nici nu reușise să aibă voință. Câteodată reușeà să stăpânească patima câteva luni, dar după asta îl prindeà și mai cu furie. Se simțeà nemulțumit de sine, se credeà de prisos pe lume și erà muncit de gândul *sinuciderii*. Acum trebuià să se însoare după dorința părinților, dar erà cu totul neplecat spre aceasta și neputincios. Toată nădejdea și-o pusese în metoda mea de vindecare, altfel erà desperat.

Cercetarea după știința fizionomiei mi-a arătat că neputința lui erà din pricina unei reli mistuiri, care trebuiau întâiu și întâiu de vindecat. Fiind tânăr, trupul va lucrà repede și de aceea i-am spus că e nădejde. Cu tărie și cu conștiință a urmat sfaturile mele și numai peste câteva luni și-a îmbunătățit starea. Teoria mea s'a adeverit și acì strălucit. Băile de șezut cu frecături, au atacat cu tărie pricina, și își adeverirà, și acì puterea lor, însoțite de dietă neatâtătoare. După 13 luni de cură se vindecă de *onanie și de neputință*, aceeași căutare cu care am făcut atâtea alte vindecări.

Boală de beşică şi de rinichi. Zahăr, diabet. Uremie (urinare cu sânge). Udare în pat. Boală de ficat Petre la ficat. Gălbinare. Boală de maţe. Sudoarea la picioare. Pecinginea.

Poate va părea nesistematică şi fără de metodă, un şir de stări bolnave, cari la întâia vedere pentru profani, par a nu aveà nici o legătură şi că le-am pus una lângă alta fără rost. In ochii şcoalei medicale sunt firesti suferinţi cu totul deosebite, cari şi trebue căutate deosebit; dar sub lupa ageră a metodei mele de vindecare se cunoaşte unitatea cauzelor şi înrudirea lor strânsă.

Obârşia lor este iarăşi aşezarea materiilor străine şi anume în acele părţi cari turbură funcţiile cele mai însemnate de dare afară a materiilor netrebuincioase din trup: rinichi şi pielea.

Acì,e locul să vorbim şi despre gazurile cari se fac la mistuire şi ne umflă. Aceste gazuri împingând în canalul mistuirii, pe lângă mişcările ca de verme ale maţelor, mână mâncările mai departe, după cum pe de altă parte le împinge şi prin pereţii canalului de mistuire în tot trupul şi'n sânge. O să limpezesc lucrul printr'o pildă. Apa pe pământ stă în lacuri şi râuri mărginite, încât pământul are un sistem de vine cari seamănă cu vasele sângelui din trup. Apa sub formă de gaz (abur) umple tot aerul şi toate părţile pământului. Tot aşà se întâmplă cu mâncările şi bău-

tura din trup. Acestea par mărginite în locuri hotărâte şi organe, dar sub formă de gazuri umplu tot trupul. (Alcoolul, berea, coniacul, vinul), din această pricină se simte îndată după ce bem în tot trupul, mai ales la cap, cu toate că printr'o lucrare normală gazurile ies în parte ca sudoare şi evaporare. Ele ies afară ca sudoare şi prin sudoare.

Aproape la fiecare om miroase altfel sudoarea. Indată ce trupul este încărcat cu materii străine învechite şi anormale, miroase neplăcut, altfel o sudoare normală abiă miroase cam neplăcut nasului. Inăuntrul trupului se face de asemenea o depărtare a acestor gazuri anume prin rinichi, care se amestecă în lichide şi prin canaluri duse în băşică. Sudoarea şi udul sunt cam aceleaşi producte de dare afară. Dacă băşica e destul de plină, se simte *nevoia de-a o deşărtà şi trebue pe dată implinită,* ca trupul să nu sufere simţitor. Acest punct e prea însemnat şi merită o lămurire. Insă acolo unde obiceiurile de azi nu dau voe, se fac multe greşeli în această privinţă şi de aceea să nu ne mirăm că rămân materii străine în băşică şi rinichi.

Părinţii şi învăţătorii vor stărui din toate puterile pentru a face pe copii să înţeleagă urmările reale ale nemergerei la vreme cu *udul* şi cu *scaunul.* In nici un chip nu trebue siliţi copiii a se oprì dela *scaun* şi *ud,* dacă nu voim să le aducem turburare şi urmări primejdioase.

La dânşii schimbarea materiilor se face foarte repede şi puterea lor de vieaţă e foarte mare. Dacă udul adunat în băşică nu se dă afară la vremea cuvenită, suferă o schimbare şi se va întâmplà fermentare şi aşezare de materii. 0 urcare de temperatură în băşică şi ca urmare firească o îngroşare a udului, cu aşezări de săruri cari erau în el. Astfel se opresc secreţiile rinichilor şi-i vătămăm. Cine nu-şi împlineşte la vreme nevoia de a ieşì cu udul şi cu scaunul, acela pierde cerinţa, şi când mai târziu vrea să meargă, n'o poate împlinì sau poate numai în parte.

Unde a rămas urina?

In băşică nu-i, atunci trebue să fie undeva în trup. Ştim că o parte din ud, din pricina aşezărilor necontenite în ea, s'a schimbat în gazuri şi s'a împrăştiat ca şi la produsele mistuirii în tot trupul prin sânge. Sărurile minerale din ea şi materiile tari se cristalizează sub formă de pietricele galbene în băşică şi în rinichi, cari nu totdeauna le dăm afară. Dacă ne uităm în rămăşiţa de urină cu microscopul, care măreşte de 200 de ori, vedem că se compune dintr'o mulţime de pietricele cristaline gălbui la vedere, cari însă grămăjoară pare roşie. Dacă mai sunt alte aşezări în băşică, apoi ajungem la cunoscuta :

Boală de piatră. — Vindecarea acesteia o spun mai departe. Piatra se face numai la trupurile cu stări nenormale şi la hrăniri nefireşti. Se formează în acelaş chip ca piatra în cazanul de apă, la temperaturi înalte şi cu apă cu săruri, cu apă dulce de ploaie se face mult mai greu. Udul rămas în rinichi se evaporează şi cristalele se aşează unele lângă altele. Câtă vreme sunt destul de mici, se duc lesne împreună cu urina prin canale în băşică, dacă însă se fac mai mari, prin trecerea lor aduc durerile cunoscute sub numele de *colicile pietrei,* fiindcă cristalele tari zgârie şi rănesc canalele udului. Acelaş lucru se petrece în băşică.

Când canalul urinar încă îngustat de materiile streine din pântece (stricturi), se întâmplă adesea că pietricelele nu mai pot ieşi cu urina ca nisip, ci formează în băşică depozite mai mari. Prin rostogolirea pietrelor în băşică se rotunjesc, dar înăuntru rămân tot cristaline.

Nu e de tăgăduit că ţinerea udului aduce totdeauna piatră. Compoziţia urinei poate fi aşă fel ca prin descompunere nu lasă piatră, şi se absoarbe în trup aşă cum e ca materia străină. Atunci se arată fel de fel de boli, ca nodurile, cum am arătat. Câţiva ani înainte, am avut în căutare un băiat, care aveà pe tot

trupul noduri cât fragile. Cele întâiu s'au arătat, când în urma unei răceli, n'a putut urină câteva zile. I-am spus că nodurile sunt din pricina oprirei urinei şi că vor pierî îndată ce vom reuşî să le transformăm în urină. A început băiatul cura mea şi după câteva zile a avut eşiri mari de urină. Fenomenul a ţinut mai multe zile. Ca dintr'o lovitură, spre marea mirare a mamei copilului, au pierit nodurile. In acest caz nodurile erau din depunerea materiilor streine urinei, pe care trupul, cu puteri mai ridicate a reuşit să le deà afară.

Diaria şi încuerea, după cum am spus, sunt din aceeaşi pricină, arată încărcarea trupului. Tot aşà e şi cu urinarea. Numai atât că la aceasta, încuerea nu se vădeşte, ci numai se arată prin semne indirecte: *coloarea nenormală, înroşire nenormală a pielei; coşuri, dureri de cap, noduri, piatră,* etc.

Sunt numai o pregătire pentru alte boli.

Diabetul. — Zahăr în urină, se află de-a dreptul, ca un fel de uridinare. Se însoţeşte cu friguri şi cu stări de aprindere, din care pricină se explică setea chinuitoare; la aceşti bolnavi nu pricinueşte acum încuere, noduri ori piatră, ci o dare afară puternică a materiilor şi, prin urmare descompunerea sucurilor, încât urina ese din trup într'o stare de fermentare bolnavă şi cu materii zăhăroase. Piatra şi boala zahărului, au aceeaşi pricină, numai fenomenele de pe din afară sunt felurite. Tocmai pentru bolnavii de zahăr, băile mele de şezut cu frecături sunt de cel mai mare folos. Prin ele căldura năuntrică se potoleşte încât setea încetează.

Piatra şi boala de zahăr, după tratamentul meu, se vindecă în acelaş chip prin depărtarea pricinelor cari le produc. Piatra întâiu se sfărâmă şi se topeşte, ieşind sub formă de nisip, sub care formă ese cu urina. E bătător la ochiu, că la tratarea bolnavilor de piatră, prin băi de şezut cu frecături, dau afară foarte multă apă.

Bolnavii nu-şi pot lămurî de unde le vine atâta apă.

Explicaţia e foarte simplă. Din tot trupul vine pe drumul vechiu, materia străină care s'a prefăcut în urină, şi ese ca atare din trup. Am avut bolnavi cari puteau scoate apa numai în timpul băei, şi a căror băşică numai încet-încet şi după vindecare, a putut lucrà normal.

Cât de mult poate trăi un bolnav de piatră, ne arată împăratul Wilhelm I-iu, care a trăit până la 90 de ani. Aceasta a atârnat de încărcarea neprimejdioasă a răposatului. Din potrivă, urmaşul, împăratul Friderich a avut încărcare mult mai primejdioasă şi s'a arătat boala mult mai rea şi mai timpurie.

Uremie este o stare în care se găseşte uree în sânge şi în tot trupul. Insoţeşte boala de băşică şi piatră. Cunoscătorii ştiinţei fizionomiei, observă această boală chiar când bolnavul nici habar n'are. Dar nu e nici un mijloc prin care sângele să se curăţe mai repede decât prin băile mele cu frecături.

Scăparea în pat. Starea rea când bolnavii nu pot ţinea urina este de asemenea din pricina încărcărei pântecelui cu materii străine. De multe ori este o fistulă la băşică prin care urina ese fără voe. Acest fenomen e aproape fără de excepţie din pricina altor boli nevindecate şi pe cari le-am înăbuşit cu medicamente ori cu alte tratamente în potriva naturei. Vezi povestiri ce curi, la partea IV-a.

Aceste fenomene de boli, ca şi *fistulile la maţe,* în practica mea, chiar în puţine zile ori săptămâni s'au vindecat cu totul. O cură mai lungă trebuie la boala aceasta, când e cronică şi trupul stricat cu medicamente.

Catarul de beşică este o stare acută a boalei de băşică şi piatră, o aprindere îngrijitoare a canalelor urinare, însoţită de dureri la urinare. Cu metoda mea se poate lesne depărtà, ca şi toate stările de friguri, fiindcă are aceeaş pricină ca toate bolile.

M'au chemat la un bolnav care suferea de 14 zile de catar de beşică.

Prostata erà umflată tare şi bolnavul puteà urinà numai cu dureri mari. La fiecare zece minute aveà *dureri grozave de beşică*, încât urinarea în zilele din urmă, erà tot mai grea şi mai dureroasă. Doctorul voi în ziua a 14-a seara să-i scoată apa cu cateterul, lucru ce nu se puteà face, fiindcă erà prostata umflată. Doctorul spuse că trebuie să cloformeze pe bolnav. Acesta n'a voit şi m'a chemat pe mine, chiar în acea seară. Dela întâia bae cu frecături au încetat durerile cari veneau la zece minute, şi, după o jumătate de ceas de baie, putu singur să urineze, după ce a făcut baie $^3/_4$ de ceas, s'a culcat în pat. Noaptea a asudat din belşug, şi a urinat mult, fără dureri. Şi aşà catarul de beşică s'a vindecat în puţine zile.

Boală de ficat. Pietre la ficat. Gălbenare. Se întâmplă mai ales la cei cu încărcare de materii străine la partea dreaptă. Secreţiunea ficatului, fierea, se varsă din băşica fierei în matul subţire şi micşorează fermentaţia.

Ori la cine ficatul e încurcat şi-i împiedicat în secreţia sa, se întâmplă după observaţia mea, cu totul altă sudoare în trupul acestuia decât în al acelui cu încărcare în partea stângă. Aşà după starea de încărcare se fac ori pietre din fiere ori învârtoşarea ficatului.

Toţi aceşti bolnavi sufăr mai uşor, ades au sudoare rău mirositoare, bolnavă şi mai ales *sudoare la picioare.*

Evaporarea şi descompunerea, fermentarea fierei se vede foarte lesne de pe culoarea închisă a pielei de pe cunoscutele *pete de ficat* şi uneori duce la *gălbenare.* (Vezi despre cure partea IV-a).

Am observat la tratarea acestor boli că prin metoda mea se capătă o vindecare sigură.

Sudoare la picioare. E în legătură cu boala de ficat. Asudarea picioarelor ne arată o încărcare în partea dreaptă care se face în timp de ani de zile înainte. Când boala e înaintată, de obiceiu, încetează sudoa-

rea. Starea bolnavului, atunci e mai rea, fiindcă materia bolnavă şi stricată rămâne în trup, şi face boli mai rele, ca pete de piele, cancer, etc., boli cari vor fi mai anevoie de vindecat şi cer mai mult timp pentru vindecarea lor. A înăbuşi sudoarea picioarelor prin medicamente, ca acid cromic e a strică sănătăţei bolnavului. Numai după lung timp, ades după ani de zile se arată urmările rele ale acestor căutări medicale ale sudorei picioarelor printr'o boală mult mai rea. Dacă înăbuşim sudoarea picioarelor cu medicamente, vine întocmai cum astupă canalul colector al unui oraş, sub cuvânt să nu miroasă. S'ar reuşi, dar ar fi foarte rău pentru oraş, care, în curând s'ar umple de necurăţenii.

De plâns e că administraţia militară, se înşală asupra acestui lucru, şcoala medicală întrebuinţează medicamente, cu săruri de crom, salicilat, împotriva sudoarei picioarelor la soldaţi. Înştiinţez pe cei interesaţi că medicamentele sunt dăunătoare. Cu metoda mea încetează sudoarea picioarelor foarte repede dela sine, fiindcă se îndepărtează cauzele.

Picinginea şi boli de piele. Şi aceste boli sunt pricina aceleaşi cauze ori în ce formă s'ar arătà, ca pete, erupţii. Am vindecat picingină şi am găsit totdeauna că erà din pricina sudoarei picioarelor ori altor stări ale pielei. Deci aceasta înseamnă o stare cronică a altor boli, înăbuşite şi cere o cură mai lungă şi mai conştiincioasă.

Sunt *picingini umede* dar sunt şi *uscate.* Acestea din urmă sunt mai anevoie de vindecat decât cele dintâiu, adesea copiii au de acestea. Sunt semne de încărcare ori de alte boli copilăreşti înăbuşite de multe ori şi în urma vaccinului.

Şi acì să dăm două vindecări alese din mai multe, ca să limpezim mai bine cele spuse.

Un domn O, din N, sufereà dela a doua vaccină de erupţie de piele, care se lăţeà pe tot trupul. Trebuià să poarte mânuşi, iar noaptea să i se lege mâinile ca să nu se scarpine. Pantalonii şi buzunarele dela haine

le rupeà, ca să se scarpine. Nu puteà să ia parte la jocul copiilor şi căutà să citească, doar a uità, dar tot îi erà rău. Cu vârsta, suferinţa tot creşteà, starea sufletească dădeà de îngrijit, se gândeà să-şi curme zilele.

Atunci află de metoda mea de vindecare şi ca să se apuce repede de cura mea, a cetit cartea. După ordinul meu a făcut zilnic două băi la şezut cu frecături, mâncare neaţâţătoare, şi a avut bucuria să vază o îmbunătăţire, după care a urmat vindecarea încet, încet, până ce a dat afară toată otrava vaccinului.

Alt caz e o vindecare de *picingină umedă,* de această boală sufereà domnul W. din G., în vârstă de 23 ani. Petele se arătau mai ales la cap şi la gât. Uneori şi medicamentele îi făcură numai vindecări parţiale, şi în curând a pierdut încrederea în şcoala medicală. A venit la mine şi a început cura. Bolnavului i-am putut proorocì vindecare, de oarece diagnosa îmi arătà că are încărcare dinainte. In adevăr, în câteva zile i se îmbunătăţì mistuirea şi cu asta i se îmbunătăţì şi picinginea. In ziua a treia, încetă scurgerea şi în 16 zile numai erà nici urmă de boală. Pe lângă asta. bolnavul aveà gâtul prea gros. In 16 zile a pierdut din grăsime 3½ c. m. Materia bolnavă îi adusese îngroşare la gât şi picinginea s'a depărtat prin maţe şi rinichi. (Despre cure. vezi la IV-a parte).

BOALA DE INIMĂ ŞI IDROPICA

Omenirea bolnavă are de împărţit cu un şir de boli de inimă, pentru a căror căutare şcoala medicală dă o mulţime de ordonanţe după felurite chipuri, cum se arată. Le împarte în organice, boli ale inimei şi ale clapelor şi în simptome de inimă, cari atârnă de pricini mai mult sau mai puţin trecătoare. Cine însă caută pricinile polilor inimei, fără idei gata făcute şi le caută lămurirea în fenomene naturale, trebuie să ajungă la cunoştinţa că încărcarea inimei cu materii străine este pricina tuturor bolilor ei şi deci o despărţire a suferinţelor în mai multe categorii, e de prisos. Numai dela starea organului-inimă, dela desvoltarea puterii ei mai mare ori mai mică de a se împotrivì la înrâuririle vătămătoare, atârnă gravitatea cazului individual.

Dacă avem încărcare la stânga, este mai mult ori mai puţin o aplicare a inimei la îmbolnăvire. O constituţie slabă a inimei, poate din pricina moştenirii, nu poate ţineà piept unei încărcări.

Asemenea fenomene obişnuite ale încărcării se arată şi la încărcarea inimei. Nu numai părţile vecine sunt îmbâcsite cu materii streine, de pildă, sub formă de grăsime, dar muşchii inimei mai sunt umflaţi cu deaceasta, încât lucrarea lor normală e cu neputinţă. Nu sunt neapărat muşchii inimei măriţi, încărcarea

poate fi o întăritură, o învârtoşare, o încordare oarecare. In această stare muşchii pot lucrà mai rău.

Fiecare ştie cum la un buboiu, grămădirea sângelui face anevoioase mişcările acelei părţi şi chiar a trupului întreg. Şi la inimă încărcarea se arată printr'o lucrare neregulată, îndată ce se cere dela ea lucrarea mai mare, ca la spaimă ori la o noutate neaşteptată, ca şi la încordări mai mari ale trupului.

Când vine mai mult sânge la inimă, se simte limpede că ea nu-şi poate face slujbă. Vin *bătăi de inimă, nelinişti, opriri de sânge într'un vas, paralizii, răsuflarea grea. Nu se simt dureri.* Este mai mult o simţire neplăcută, o apăsare ori senzaţie că ar fi în inimă ori în apropierea ei ceva ce n'ar trebuì să fie.

Tot aşà se întâmplă şi la turburările clapelor inimei. Aceste clape nu-şi mai pot împlinì slujba cum se cuvine : închiderea. Indată ce au ajuns la un grad de încărcare.

Afară de acestea poate fi lipsuri la feţele de închidere ale deschizăturii lor dintre camerele inimei, încât nu mai astupă deschizăturile din inimă.

Cât despre durerile nervoase ale inimei, acestea le numesc ca „născocire" ciudată. După cum am arătat în capitolul despre nervi, nu poate fi un organ bolnav şi să nu-i fie şi nervii ! E o dovadă de necunoaşterea desăvârşită a naturii şi a legilor ei a voì să credem că nervii pot fi sănătoşi deplin şi numai un organ ori altul bolnav, ori că trupul e sănătos tun, iar nervii bolnavi. Pentru mine, aceste păreri sunt adevărate minunăţii.

Noi ştim azi hotărât că deosebitele lor aparenţe şi cu numeroasele fenomene exterioare ce le însoţise, au numai o singură obârşie: încărcarea trupului cu materii străine.

Dacă nu vom depărtà pricina bolilor de inimă ori dacă vom mai aduce în trup materii străine şi otrăvuri, vine o stare mai rea, *idropica.* Asta e starea de pe urmă a bolilor de mai înainte, nevindecate.

Apa care se arată la idropică, este un product cu totul ciudat al trupului bolnav. E deci limpede că trupul nu are sângele curat şi nu-i în stare să-l curăţe. Care este deci urmarea firească? Sucurile sângelui, din pricina materiilor străine, se descompun mereu şi-şi schimbă forma şi starea. Nici la o boală nu putem urmări mai limpede descompunerea şi compunerea materiilor în trup ca la dropică.

Intr'o zi m'a consultat un bolnav al cărui trup erà atât de plin cu apă, încât erà ca un burduf de gumă umflată. Apăsarea apei din lăuntru erà aşà de mare încât curgeà prin pielea picioarelor, pretutindeni unde stà bolnavul, lăsà urme de apă. Dar mai erà un lucru de mirat, bolnavul fusese negustor de unt şi în fiecare zi mâncase unt mult. Apa ce eşeà dela picioare miroseà a unt, încât nu erà îndoială de obârşia ei. Mâncase în fiecare zi fără pâine şi altele, numai unt. Firește stomacul n'a putut mistui aste cătimi de unt. Untul a rămas tot mai mult nemistuit şi a ajuns azi materie străină în trup. Fiindcă omul obişnuià a dormì pe partea stângă, s'a făcut încărcarea pe acea parte, s'a pus untură la inimă. La urmă materiile străine au trecut în altă stare de descompunere şi s'arătau sub formă de apă.

La acest bolnav boala de inimă trecuse prin toate formele. La început a avut *bătăi de inimă,* pe urmă *dureri nervoase,* acum *grăsime,* din care pricină a căpătat *micşorarea clapelor.* Şi *acum* aveà *apă la inimă,* din care l-a dat în dropică, bolnavul a încercat toate metodele de vindecare. Venì şi la mine, dar, din nenorocire, prea târziu, pentru a face cura mea. L-au căutat cu medicamente, cu otrăvuri de tot soiul şi fiecare stadiu din boală a căpătat alt nume şi alte medicamente.

Pricina formărei apei în trup este o stare de ardere în pântece, de care bolnavul nici nu-şi dă seamă, fiincdă merge încet ; numai apa, care pricinueşte greutate la răsuflare şi apăsare la inimă îl îngreue. Dacă

începe trupul să se împotrivească boalei şi dacă putem să-i sporim puterea de vieaţă, boala cronică se face acută. Dacă boala e prea înaintată, se face aşă slăbiciune, încât nu-i nădejde de vindecare, arde înăuntru. Dacă puterea de vieaţă e destul de mare ca să poată dovedì boala, poate scoate această aprindere, din trup. O s'arăt eu două cazuri din stabilimentul meu.

Dintr'o ţară depărtată venì un domn la mine care sufereà de dropică şi nu s'a fost putut tămăduì cu doctorii. Picioarele îi erau umflate de două ori aşà de groase cum trebuie, tot aşà burta, cu toate astea bolnavul se plângeà numai de răsuflarea grea la dormit şi de greutate în picioare, totuşi puteà merge bine. I-am spus că boala este prea înaintată ca să se poată vindecà şi că aşi dorì să nu înceapă tratamentul meu. Bolnavul stăruì să facă numai decât cura şi aşà a început-o împotriva sfatului meu.

In cele două săptămâni dintâiu, toate au mers ne mai pomenit de bine: sudori îmbelşugate şi pierderi mari de apă. Aşà că bolnavul erà foarte fericit. Până atunci trupul său a dat afară numai materia bolnavă apa, acum trebuià îndepărtată pricina formărei apei. Pricina erà arsura năuntrică rămasă ascunsă. Vindecarea o puteà trupul numai pe o cale, prin transformarea arşiţei aceleia în acută. Dacă trupul va aveà destulă putere să alunge prin această criză, materiile străine vine şi tămăduirea. Altfel arde mai departe înlăuntru. La bolnavul meu s'a întâmplat cum am prevăzut cazul din urmă.

In săptămâna a treia începu prefacerea arsurei ascunse în piciorul drept. Piciorul se umflă mereu, până ce se făcu o rană deschisă dela vârful degetelor până la fluer, care în ziua a doua se făcu neagră. Cangrena, care erà la început năuntrică, a eşit afară, lucru ce pricinuià bolnavului dureri mari. In săptămâna a patra se luă negreaţa depe rană ca o piele groasă, şi rana începu a se vindecà. Dar căldura năuntrică a bolna-

vului, destul de gras încă, creşteà din zi în zi, semn că cangrena din lăuntru începeà să se schimbe.

Bolnavul simţeà sete mare. Cu toate băile de şezut cu frecături, căldura nu scădeà, ceeace se vedeà de pe slăbiciunea bolnavului. Numai avu putere să facă băile, şi aşà, în ziua a 24-a, a pierdut conştiinţa, şi în a 30 murì. De pe urma căldurilor prea mari, bolnavul s'a prăpădit, după cum prevăzusem.

Alt caz, care s'a isprăvit cu bine, îl dăm acì. E vorba de un bolnav care de mult aveà dropică, dar, mulţumită omeopatiei luase numai puţine medicamente. In trei săptămâni de tratament, după metoda mea, pierdu apa, după care în săptămâna a patra, căpătă fierbinţeală mare, a doua zi avu scaune cu materii negre ca de cărbune şi puturoase, cu dureri ca de holeră. Aceste deşertări au ţinut trei zile. Nimeni dintre cei de faţă nu-şi puteà da seama : toţi erau înspăimântaţi, fiindcă bolnavul mâncase foarte puţin. Soţia venì îngrijată la mine. I-am spus că soţul ei a scăpat, fiindcă, prin această criză, s'a transformat cangrena năuntrică şi s'a şi dat afară materiile străine cari stăteau de ani în trupul bolnavului. Erà acum foarte slab, în urma acestei crize, dar se îndreptă repede. Azi e din nou sănătos, ca şi cu douăzeci de ani înainte.

Şi nu s'a mai arătat nici urmă de apă la el. In acest caz, trupul putu face cu noroc, transformarea cangrenei din rece în fierbinte.

Dropica se poate, în adevăr, vindecà numai dacă bolnavul, prin urmarea aspră a curei mele, ajunge să-i poată asudà *părţile idropicate.* Atunci e cu putinţă ca apa şi celelalte materii străine să iasă afară, şi să avem iar mistuire normală. Dropica nu se poate vindecà, dacă puterile trupului sunt atât de mici, încât nu reuşesc să dea afară materiile străine, nu se mai poate îmbunătăţì nici mistuirea.

Şi acì trebue să amintesc de ştiinţa fizionomiei [1]). Ne dă mijloc sigur de a aflà cu mult înainte dropica,

[1]) Vezi Louis Kuhne.

când nu se poate socotì ca neînstare de-a se vindecà, ci din contră, prin cura noastră, se poate tămăduì neapărat.

Totdeauna numai prin practică se pot dovedì cele spuse, şi de aceea mai dau un caz interesant de o boală grea de inimă, legată cu dropică şi lepră.

Acest caz s'a întâmplat unui domn J. F. R., din Batavia, insula Iava. Făcuse export 42 de ani, şi care în acel timp fu deplin sănătos, după spusa lui, deşì a fost bolnav de friguri câteodată, şi-l dureau uneori ochii. A mai avut nişte răni la picioare. Pentru noi, aceste fenomene arată că trupul nu-i erà sănătos, ci încărcat rău cu materii străine. Şi acestea se aşezau când la o parte, când la alta a trupului, şi fermentau acolo în clima tropicală mai curând decât la noi, dând o boală acută.

Celece au urmat dau o dovadă limpede că aşà a fost. In Noembrie 1879, căpătă după urechea stângă o umflătură, care s'a tămăduit, adică s'a înăbuşit cu medicamente, iar materiile stricate le-a trimes în trup. De aceea s'au arătat sub altă formă, i s'a umflat foarte tare un deget, şi a daf mult puroiu afară, c'o bucăţică de os.

Abià i s'a vindecat degetul, şi a început să aibă o curgere de sânge din mate, care arată că sunt înlăuntru noduri de emoroizi. N'a trecut mult şi i s'a deschis o rană la piciorul stâng, care a stat multă vreme şi-a zemuit.

Ii erau picioarele şi mâinile reci, sudoarea rece, adesea aveà friguri, ceeace arătà o boală mai adâncă.

---

1) Vezi: Louis Kuhne, Ştiinţa fizionomiei. Ştiinţa unei cercetări nouă a bolilor, prelucrată pe temeiul propriilor cercetări şi descoperiri. Cu multe ilustraţii în text. Apărută în limba germană, engleză, spaniolă, română, daneză şi indiană, (locală). Preţul ediţiei a 12-a germană 7,50 lei broşat; legat elegant 8,75 lei. Editura Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Ediţia românească apărută în editura lui *Dr. Toma Simionescu*, Bucureşti, str. 11 Iunie, 7. Preţul lei 50 broşat; elegant legat lei 120.

In Februarie 1882 avu friguri puternice, cari ţinură mai multe zile. Aşà că doctorul de casă, care îl credeà lepros, îl trimise în Europa. D-l D. plecă la 13 Aprilie 1882 dela Batavia, şi consultà pe profesorul J., în Bassel, care constată o aprindere a sângelui şi-l trimise la băile din Tölz, în Bavaria de sus, la dr. St. In vremea curei de acolo i se făcu la braţul drept o pată roşie, care cu toate frecăturile cu sublimat nu se trecu. Deşi după această cură se simţi cevà mai uşurat, totuşi toamna i se făcu mai multe pete pe trup. Frigurile erau şi mai tari. In Aprilie 1883, plecă îndărăt în Batavia.

Acolo îi trecură petele după o asudare puternică. In Maiu îl apucară bătăi de inimă cu friguri puternice. Doctorul îl trimise iar în Europa şi în Maiu 1885 venì pe mai multă vreme.

Deci e vădit că tratamentul d-lui R., nu alungase din trup pricina răului, dovadă, izbucnirea din nou a boalei. In clima rece din patrie, boala sta într'o stare ascunsă pe care o sufereà mai lesne şi arareori aduceà stări acute. Dar, îndată ce mergeà în clima fierbinte, îl apucà din nou, aşà că d. R., şi doctorul său credeau că liniştea aceasta e vindecare din pricina climei.

După venirea sa în Europa se aşeză la băi în Friburg, făcând cura dată de doctorul său şi de dr. N., consilier intim de curte. Toamna se arătară iar petele roşii pretutindeni pe trup şi mai multe decât în 1882, semn de încărcarea trupului. Fiindcă erupţia semănà a scarlatină şi toate celelalte fenomene erau bolnăvicioase şi neînţelese, doctorii îi spuse că trebue să aştepte totul dela natură, căci după băile de sare dela Rhehenfeld, în 1886, i-a fost şi mai rău. Boala erà cronică. Dar durerile trupeşti începură a înrâurì şi asupra sufletului. Erà în starea acelora cari caută în zadar ajutor pretutindeni şi începe a-i muncì *melancolia*, gânduri negre, descurajare, toropeală şi *desgust de vieaţă*. Nu e minune ca bolnavul, care până în 1888,

s'a căutat fără de folos cu cei mai mari doctori, erà desnădăjduit. Acest bărbat plin de nădejde, ajunsese un bătrân ruinat.

Treburi grabnice îl chemară pe d-l R., din nou în Batavia la 19 Ianuarie 1889. Boala îi erà atât de cronică, încât căldura tropicală, care cu trei ani înainte îl făceà să asude, acuma numai foarte puțin lucrà asupră-i. Când a ajuns în Batavia, boala iar s'a făcut acută. Au început dureri de inimă și mai tari. Puterile îi scădeau din ce în ce și căpătase apă la picioare. Doctorii hotărâră că boala lui este *lepră.*

Fiindcă doctorii din Europa spuneau că au găsit bacilul leprei în sânge la bolnav în mare câtime și interesul sănătății publice, și de teama molipsisei, îl sfătuiră să plece în Europa ca să nu-l închiză ca pe alți bolnavi. Așà că plecă iar d-l R., la 9 Decembrie 1889 în Europa.

Tovarășii de drum nu credeau că mai ajunge viu la Geneva. Aerul mărei îi ridică puțin puterile și ajunse iarăș, în Europa. Starea acută se prefăcu iar în cronică. Doctorii din Frieburg spuneau că n'are leac.

In vremea asta de durere, un prieten al său, W., din Lipsca, cu care fusese îndelungă vreme în Iava, îi vorbì de metoda mea de vindecare. La 20 Martie 1890 venì în Lipsca și la 24 începu tratamentul meu, nu prea cu încredere.

Mersul boalei d-lui R., e pentru adeverirea teoriilor mele un exemplu minunat și întărește știința fizionomiei. Din fericire i-am luat fotografia înainte de cură și după cură. Trupul său erà cu totul schimbat din pricina materiilor străine. Gâtul gros aveà gușă. Nu se prea vedeà, fiind și el vârât în trunchiu. Nu se vedeà despărțitura gâtului. (Fig. 1). Pe frunte erà o umflătură mare de 2 cm. Ochii nu mai vedeau, capul cu umflături de materii străine. Piciorul drept, în mijlocul pulpei, aveà cangrenă, tot așà piciorul și încheetura genunchiului; asemenea și mai sus aveà apă. Așà că d. R., purtà numai cu greu piciorul. Depozitele de ma-

terii străine din trup erau multe în trunchiu, ca şi la gât şi cap. Mistuirea erà rea. Maţele şi rinichii lucrau cât se poate de neregulat. Durerea de inimă nu-l lăsà zi şi noapte. Frica şi înăbuşirea erà tovarăşul său zilnic. Mâinile şi picioarele reci ca ghiaţa şi vinete.

Indată ce începu cura mea, îmbunătăţirea nu întârziè să se arate. Mistuirea i se îndreptă. Scaunul care-l aveà numai cu clistire, dela a treia zi începu regulat, împreună cu urinarea. Urina înainte limpede, începu a fi turbure şi albicioasă, vădit încărcată cu o

Fig. 1.

Fig. 2

mulţime de materii străine. Chiar de-a doua zi se simţi mai uşurat şi mai vioi. Se vedeà schimbarea vădită a trupului pe dinafară, procesul curăţirei i se făcu neaşteptat de repede.

Interesant erà acum cangrena de 4 ţoli de lată, întâiu a fost cafeniu închisă mai târziu vânătă-roşie, pe delături la pulpă, apoi s'a oprit în formă de apă, iar piciorul se umflă. Piciorul drept ajunsese la urmă la o grosime neobişnuit de mare.

Acest lucru erà pentru schimbarea şi puterea de descompunere a materiilor străine, foarte de luat în seamă.

A fost grea criza care a venit peste bolnav, dar puterea de vieaţă îi veni în ajutor. Deşi nu se puteà mişcà mult, totuşi asudà după băile mele la părţile cu idropică, semn că lucrà trupul bine. In patru săptămâni i se duse toată apa din trup, de acì înainte vindecarea merse neînchipuit de repede. Zilnic se simţeà mai bine şi mai întinerit. In patru luni, câteva crize de vindecare i-au schimbat cu totul arătarea, încât nu se mai cunoşteà. (Fig. 2). Durerile de inimă şi idropica încetară şi, în adevăr, s'a vindecat. In locul silei de vieaţă, căpătase curaj şi voinţă.

Această izbândă a curei n'au crezut-o în Batavia. S'a zis că bolnavul numai atunci va aveà voie să vie în Batavia, când nu va mai aveà bacilii leprei.

Pentru aceasta s'a arătat d-l R., la Hamburg, la cei mai vestiţi specialişti în lepră, cari îl căutaseră şi înainte ca să-l cerceteze de baccili, şi, după 4 săptămâni de cercetare, s'a căpătat răspunsul îmbucurător că nu mai are baccilii leprei. Şi azi d. R., care s'a întors în 1899 la lava, se află sănătos şi nici un semn de boală nu i-a mai venit.

Deci, acest caz aduce o dovadă straşnică pentru ştiinţa şcoalei medicale, cu diagnoza şi tratarea ei. Deci încă pe unul, aruncat de cei în drept de-a se vindecà, l-am vindecat eu şi dat sănătos familiei şi prietenilor.

BOLI DE MĂDUVA SPINĂREI. USCAREA MĂDUVEI SPINĂREI. HEMOROIZI (trânji)

Trebuie bolire îndelungată înainte de-a izbucni boala măduvei. Cu ani înainte, totuşi poate ştiinţa fiziognomiei vedeà şi arătà pricina aceste boale, care dovedeşte o încărcare bolnavă a nervilor. Hotărîtoare sunt *poluţiile*[1]), cari se văd, fie că bolnavul e însurat, ori nu.

Dar poluţiile înseamnă o inflamaţie cronică a nervilor măduvei spinărei şi a nervului simpatic, pricinuită printr'o încărcare a spetelor. Această stare de aprindere, sporind mereu face nervii din ce în ce mai neînstare a lucrà, încât bolnavul nu mai este stăpân pe picioarele sale.

Intâiu îi sunt picioarele slabe. Pe lângă poluţie mai sunt şi alte îngreueri de boală. Mulţi bolnavi simt în jurul burtei ca un fel de cingătoare care-i strânge.

Intr'o stare mai înaintată vin dureri fulgerătoare ori chiar mai lungi (dureri de nervi) şi aşà numitele *dureri de ursită,* lovituri dela ele, cari sunt foarte dureroase.

Durerile măduvei spinării se arată foarte felurite : In încărcările de-o potrivă ale măduvei spinărei se mai arată şi alte boli, *dantul sfântului Veit* (Saint Gui).

In stările înaintate, aşà numitele stări de pe urmă,

---

1) Slobozire de sperm în vis.

abiă se mai poate aşteptă vindecarea. In asemenea cazuri tot e bine dacă putem tăiă bolnavului durerile. Aceasta se face în scurt timp, dacă se îmbunătăţeşte înlăuntru, somn şi poftă de mâncare.

Metoda cea nouă de cercetare, ştiinţa fizionomiei ne dă chip să nu aşteptăm această stare de pe urmă a boalei, ci să începem căutarea cu mult înainte, căci niciodată nu poate fi prea cu mult înainte.

Atunci bolile măduvei spinărei sunt lesne de vindecat, ca multe boli nebăgate în seamă.

Dacă însă s'a căutat întâiu cu medicamente, vindecarea e mult mai grea. O casă aprinsă cu pălălae nu te mai încerci s'o stingi, îndată ce focul e prea întins.

Multe boli ale măduvei, am avut în căutare, dar n'am putut să le vindec pe toate. Mulţi au trebuit să se mulţumească cu o îmbunătăţire, cu o îmblânzire a stărei lor jalnice. In aceste cazuri erà vorba de acei cari, prin întrebuinţarea medicamentelor, vreme de ani de zile, şi-a paralizat puterea de vindecare a trupului, aşà că chiar cura cea mai îngrijită numai puţin le poate ajutà. Pentru luminarea celor spuse o să dau câteva pilde din practica mea.

Intâiul caz e al unui tânăr, care erà greu bolnav de măduva spinărei şi erà paralizat la amândouă picioarele. Vreme de un an de zile, a întrebat pe toţi specialiştii, fără să capete vreo îmbunătăţire. Nu puteà face nici cele mai uşoare mişcări cu picioarele şi nu mai puteà sta în picioare, cu toată tinerţea, erà de 24 ani. Neputincios, sta în pat ori în cărucior.

Mistuirea erà foarte proastă. Numai aveà aproape scaun dela sine, urina eşià fără ca bolnavul să simţă. Când îl puneau în trăsură, trebuià să-i aşeze picioarele.

In tratamentul meu, i se făcură zilnic patru băi de şezut cu frecături pe zi. Mâncă numai lucruri uscate.

In luna întâia de cură abiă se simţi ceva îmbunătăţire, fiindcă mistuirea nu se îmbunătăţeà; în luna a

doua a mers mai bine, după alte două luni puteà ţineà urina, şi picioarele şi le puteà mişcà puţin; cu ajutorul păzitorului puteà stà. După 9 luni de cură, ajunsese atât de departe, că umblà puţin prin casă, cu ajutorul servitorului.

După alte două luni de cură, erà, în sfârşit, stăpân pe picioarele sale. Boala de măduvă, pe care o aveà din pricina fierbinţelei din lăuntru, făcută de adunarea materiilor străine, s'a înlăturat şi tocmai pe aceeaşi cale, pe care am căpătat atâtea vindecări.

Acest caz arată limpede cât e de greu la o încărcare din spete a căpătà vindecare. La începutul curei eu singur nu credeam, că voiu puteà reuşì măcar să îmbunătăţesc boala, din pricină că mistuirea erà aşà de proastă, şi nu vrea să se îndrepte.

Numai stăruinţei lui se datoreşte vindecarea. Dacă bolnavul ar fi venit mai de timpuriu la mine, nu ajungeà la aşà slăbiciune a picioarelor şi vindecarea ar fi fost mult mai repede.

Foarte plin de învăţătură este cazul al doilea care îl dau mai la vale.

Un domn de 47 de ani, sufereà de ani de zile de uscarea măduvei spinărei şi n'a găsit nicăeri vindecare ori îmbunătăţire. Abià mai puteà omul umblà. Adesea l-au lovit dureri fulgerătoare şi a avut îndoituri de şale.

Dormeà puţin şi ades zile şi nopţi nu închideà ochii; mistuirea îi erà turburată, starea întreagă rea. In cele dintâi luni de cură i-a fost bolnavului mai bine; i-a încetat nesomnul, şi mai ales toate durerile. Şi mistuirea i se îmbunătăţì, dar nu încetă slăbirea picioarelor. Totuşi el credeà că n'a căpătat nici o îmbunătăţire; nesomnul şi durerile le credeà boli deosebite şi că n'au a face cu boala măduvei. Fiindcă îi erà greu să ţie dieta mea, a părăsit tratamentul după zece luni.

Starea i se înrăutăţì şi ajunse desnădăjduită.

Acest bolnav trebuià să socoată ca îmbunătăţire, că în timpul curei nu numai nu i-a fost mai rău, ci toate

fenomenele grele însoţitoare ale stărei lui, încetaseră în scurt timp. Dacă ţineà cura mai îndelung, i-ar fi trecut pe încetul şi celelalte.

Alt caz de oftica măduvei. Vezi la Partea a IV-a. (Despre cure).

Boala de emoroizi (trânji). Impreună cu oftica măduvei şi cu încărcarea foarte mare a spetelor, merge mai ales şi boala de emoroizi, care se întemeiază pe aceleaşi pricini ca şi toate celelalte, o aprindere mare sau friguri în pântece. Se înţelege că la asemenea bolnavi, mistuirea e foarte neregulată.

Formarea nodurilor în partea de jos a maţului, arată o încărcare, şi e mărturie că puterea de vieaţă a bolnavului este mică.

Şi acì voiu aduce pilda din practica mea.

Un tânăr de 17 ani, care suferise în copilărie de mistuire rea, venì la ceasul meu de consultaţie. Cum îmi povestì, dela vârsta de 11 ani, capătă noduri hemoroidale, şi îl supărau mereu. Din pricina aceasta aveà dureri de cap grozave, împotriva cărora nu-i ajutà nimic. La urmă căpătă noduri şi la ceafă, mari cât alunele, şi toată forma capului i se schimbă.

Se vedeà limpede că proporţiile capului către trup se schimbaseră, oricine vedeà că trebuie să fie ceva în cap, ce nu trebuià şi care înainte nu erà. Nimeni nu presupuneà că emoroizii de mai înainte din pântece, acuma erau mult mai tari şi mai grămădiţi la cap. Pentru cunoscătorii ştiinţei fizionomiei erau fenomenele lesne de cunoscut. De aceea durerile de cap erau semn sigur al unei pricini mai adânci. Din nenorocire, nu le-a cunoscut nimeni.

Şi mama, îngrijată vedeà la fiul său, la această vârstă, boala de care bărbatul său murise la 30 de ani. Nici un leac nu foloseà. Tot mai tare creşteau durerile de cap până ce tânărul nu mai puteà lucrà nimic din pricina durereì de cap. In această stare rea l-a adus maică-sa în tratarea mea. Din pricina în-

cărcărei la spate eră amenințat de-o *aprindere de creeri.*

I-am dat dietă aspră, băi de șezut cu frecături și mișcare multă. A urmat întocmai, și i-au dat rezultate bune. In cele dintâiu săptămâni, au încetat aproape durerile de cap. Numai când se topeau nodurile dela cap, aveà dureri trecătoare. Mistuirea și gustul de mâncare i se îmbunătățise. O scădere a nodurilor, ce aveà pe din afară la cap se vedeà pe la sfârșitul lunei a doua dela căutare. Totodată scădeau și cele din lăuntrul capului și capul se tot micșorà. In timp de alte două luni, nodurile mai scăzură încă, iar la isprăvirea unei jumătăți de an, nu se mai vedeà nici urmă din ele.

Deodată însă se păreà că se arătà o înrăutățire în starea bolnavului. Mama sa îmi spuse că băiatului îi eră cam rău de câteva zile, căci hemoroizii de cari scăpase acum câțiva ani, iar îl apucaseră ca înnainte vreme.

I-am arătat mamei îngrijate, că fenomenul acesta nu puteà fi înlăturat. Că nodurile dela cap veniseră de aoclo, și acuma s'au întors îndărăt. I-am spus, că băiatul ei a scăpat de *meningită tuberculoasă* prin această criză de vindecare. Și acuma trebuie vindecată și boala hemoroizilor înainte mergătoare meningitei. Această lămurire a ușurat pe doamnă și a urmat înainte cura cu cele mai bune rezultate. Peste un an s'au vindecat de tot și emoroizii, iar tânărul s'a însănătoșit.

Vezi despre cură la partea IV-a.

EPILEPSIE, FRICA DE LOCURI GOALE

Această boală gravă, care se numeşte epilepsia, este urmarea altor boli trecute, dar înnăbuşite ori e din pricina moştenirei dela părinţi, cari în tinereţe au avut boli lumeşti. La urmă stă lucrul aşă: au înnăbuşit bolile lumeşti cu medicamente, şi s'au făcut depozite de materii străine în trupul părinţilor. Dând materii de acestea la copii, acestea sunt pricina bolei de mai sus.

In practica mea am tămăduit repede multe cazuri de epilepsie. Multe cazuri de epilepsie sunt nici mai mult nici mai puţin, decât din pricina fermentărei repezi a materiilor străine din pântece. La unii epileptici se face această fermentare, se coboară mai întâiu la picioare, şi, după asta se ridică la cap. La alţii se repetă lucrul de mai multe ori, şi de câte ori se urcă la cap pierd conştiinţa şi cad. Se poate asemănà acest lucru din trup cu erupţia unui vulcan, în care gazurile interne izbucnesc afară. După ce s'a întâmplat o izbucnire, este câtva timp linşite, până ce prin arderea năuntrică prin combinări şi descompuneri ale sâmburelui pământului, se întâmplă altă izbucnire, tot aşà se întâmplă şi cu accesele de epilepsie. Se face în pântece o încărcare anumită cu materii străine, cari prin fermentare înceată, prin desvoltare de gazuri şi întinderea acestora, izbucneşte în sus. Fiindcă grămada încărcărei cu materii străine este închisă, apasă mereu

prin fermentare şi face explozie îndată ce apăsarea este prea mare, aduce cârcei şi, prin apăsarea asupra creerului, îi împiedică lucrarea acestuia. Indată ce fermentaţia se împuţinează, şi prin acesta şi apăsarea, conştiinţa, vine iar. Trupul, după asemenea crize grele, se simte slăbit.

E de plâns că şcoala medicală n'a putut vindecà până acum epilepsia şi nici măcar să-i afle pricina. Se crede de obiceiu că boala e curat nervoasă, şi nici nu-i vine a presupune că toate fenomenele ciudate ale boalei sunt lucrarea ei şi rodul unei ştiinţi rătăcite cu poveţe higienice greşite şi-a întrebuinţării unui medicament protivnic (bromură de potasiu), împotriva bolilor

Vindecarea epilepsică este deosebită după starea de încărcare a celui bolnav. La unii încetează accesele aproape îndată după începutul curei, la alţii însă sunt la început ceva mai dese. Odată cu schimbările în trup se întâmplă des asemenea fenomene trecătoare, dar trec pe încetul ori deodată, îndată ce încetează încărcarea.

Ajungem deci la încheere, că vindecarea epilepsiei atârnă dela starea de încărcare a bolnavului. Aproape în toate cazurile este cu putinţă vindecarea prin metoda mea. Numai acolo merge foarte încet ori nici nu se poate, unde starea bolnavului e prea cronică şi trupul mai ales la mistuire, este prea în rea stare din pricina întrebuinţărei medicamentelor cu bromură.

In asemenea cazuri, boala a făcut în nervi şi creer asemenea stricăciuni încât nu mai e vindecare. In stabilimentul meu, am avut cazuri la cari au trebuit ani de cură foarte aspră, până ce au încetat spasmele. Dar să nu se creadă că, dacă au încetat spasmele, s'a isprăvit şi încărcarea bolnavului. Adesea depărtările încărcărei cere vreme îndelungată.

Numărul şcolarilor epileptici în Spania la sfârşitul anului 1889 erà de 795 sau la 10.000 de şcolari 13,6.

E deci în interesul sărmanilor bolnavi, a le aduce la cunoştinţă lucrarea metodei nouă de vindecare fără operaţii şi fără medicamente.

Trebuie să dau acì o pildă ca să se înţeleagă mai bine tratamentul.

Bolnavul erà o fată de 19 ani, care sufereà de şase ani de epilepsie. Aveà în fiecare săptămână cel puţin două atacuri. Mistuirea erà cât se poate închipuì de rea. Menstruaţia neregulată.

Niciodată dela arătarea regulelor, nu fuseseră nici la vreme, nici cât trebuie, treceau luni fără să-i vie.

Foarte galbenă şi ameninţată de oftică, după ştiinţa fizionomiei. Aveà pe lângă asta, capul prea mare. Incolo, încărcarea nu erà aşà de primejdioasă, încât am putut să-i făgăduesc urmare bună. Că în cele dintâiu 14 zile, atacurile se vor înmulţì, pe urmă slăbind, vor încetà, i-am spus dela început, ca să nu le ia drept nesuccese. Mijloacele mele naturale de vindecare nu m'au dat de greşală. Băile de abur, ca în toate cazurile de epilepsie, nu trebuie întrebuinţate şi nici fetei nu i s'a făcut. Peste trei săptămâni, bolnava a fost scăpată de orice atac.

După cum am prevăzut, aşà a fost mersul curei. In cele dintâiu zile, aveà două-trei şi chiar mai multe atacuri. După 16 zile se împuţinară, prefăcându-se în leşinuri, slăbiciune şi rău la inimă. La urmă, au încetat cu totul. Intre altele, isbânda a fost aşà de repede, fiindcă mistuirea s'a îndreptat nespus de repede, şi menstruaţia s'a făcut normală. Dar să nu se creadă că în fiecare caz e cu putinţă vindecarea, aşà repede s'a putut, mulţumită mistuirei bune şi unei încărcări nu aşà primejdioasă.

Altor epileptici căutaţi de mine, le-a trebuit îndoit, întreit şi chiar şi mai mult timp.

Vezi curele la partea IV-a.

Frica de locuri goale, este când bolnavul nu se poate uità pe un loc slobod. Acastă boală este din pricina unei încărcări cu materii străine şi se poate explicà aşà:

Apăsarea din năuntru a trupului nu se împotriveşte destul la apăsarea dinafară, ori apasă prea tare asupra unor organe interne. Cu cât aerul e mai curat, cu atât le e mai rău acestor bolnavi. Am avut bolnavi în tratamentul meu, cari, în starea aceasta, umblau lipiţi de case.

Dacă nu, erau gata să cadă jos. Aceasta-i din pricină că aerul în unele locuri este mai greu şi mai des decât în mijlocul străzei.

E vorba neapărat, numai de foarte mici deosebiri de desime, dar ei le simt.

Dacă aerul este mai curat şi mai slobod, bolnavii se simt descurajaţi şi foarte îngrijiţi. Din pricina apăsărei interne sunt fără putere.

Şi această frică de locuri goale, este ca şi tuberculoza şi cancerul, întâiu o urmare a altor boli, fie că vine direct, fie indirect, ca moştenire. Vindecarea atârnă de încărcarea bolnavului, o tămăduire radicală se poate numai prin metoda mea, care înlătură pricina. De bună seamă cum este dese ori plictisitoare de lungă.

după patru săptămâni eram în stare să lucrez şi prin metoda aceasta sunt acum sănătoasă.

Prin această cură, în cei dintâiu ani, m'am simţit aşà de întărită şi înviorată, încât m'am măritat, deşi din toate părţile mă opreau şi doctorii nu-mi prooroceau naştere fericită. Sfaturile d-tale şi descoperirile mele m'au învăţat mai mult şi mai bine, şi toate s'au întâmplat întocmai cum mi-aţi spus dinainte. M'am măritat, am urmat în timpul sarcinei poveţele d-tale şi spre minunarea multora, am avut facere uşoară, fără de moaşă. Toate acestea mulţămită metodei d-tale !"

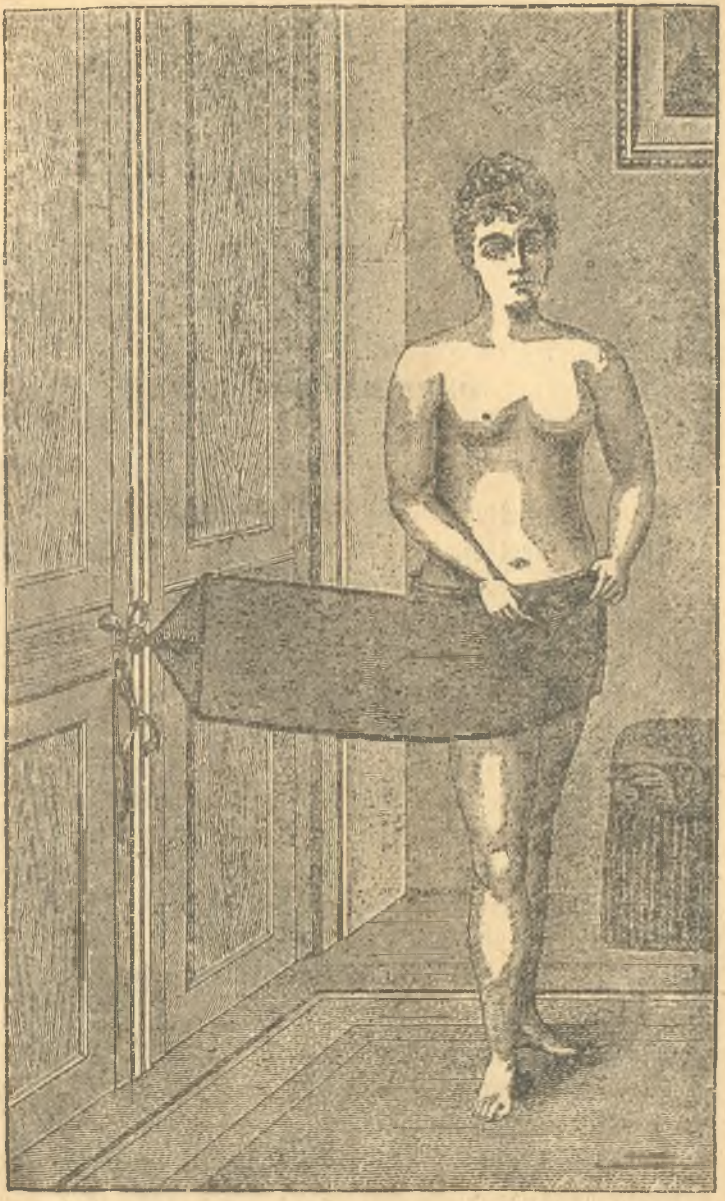
Lipsca. *D-na Louise B.*

DUPA NAŞTERE

Pentru femeile cu adevărat sănătoase, sfaturi în privinţa purtărei după naştere, ar fi de prisos. Nu numai animalele, dar şi femeile din popor, îndată după naştere, pot să-şi caute de treburile de mai înainte. Femeile civilizate, foarte rar pot urmà aşà. De aceea stau mai mult timp în pat. Inainte li se ziceà să stea 9 zile, azi au lungit 42 zile, nu din pricina lipsei de puteri a lăuzei, cât fiindcă mitra are nevoie de mai multă vreme, ca să-şi vie în starea ei firească. Dar starea în pat are urmări rele. Hrănirea trupului e mai slabă, căci mistuirea suferă din pricina nelucrărei trupului, dovadă mulţimea de încuieri ce se întâmplă. O sculare din pat, înainte ca mitra să-şi ia starea ei naturală, face o burtă mare, cum am văzut ades la femei, cari au avut mai mulţi copii.

M'am gândit mult, cum s'ar puteà depărtà răul, fără să stea femeile atât de mult în pat. Şi-am găsit o cale, care mi-a reuşit minunat.

Indată ce femeea a născut, stă liniştită cât e nevoie; e foarte bine dacă doarme câtva timp. După aceea să se cureţe, luând o bae de şezut. Apa poate fi dela 18°—20° R. = 22°,5 — 25° C. şi să treacă de 3—8 cm., peste scândurica scaunului (vezi pag. 91—98). După



bae se pune un brâu în jurul burtei [1]). Trebue să fie de pânză rară şi cu şireturi la capete. In figura alăturată se vede întrebuinţarea brâului. Şireturile se leagă împreună, se întăresc printr'o copcă şi se învălătuceşte în jurul burtei până se isprăveşte. Prin aceasta se întăreşte în lăuntru, şi lăuza poate să se ridice din pat, dacă se simte destul de tare. Care e mai fricoasă, poate să stea două trei zile şi pe urmă să pue brâul, pe care să-l poarte patru săptămâni. Dacă se întâmplă friguri, să facă pe lângă băile răcoritoare sus zise, şi *comprese de pământ,* cari se pun după băi (vezi pag. 85 şi 292), prin aceasta trupul va năduşi şi vor conteni frigurile, urmând liniştea.

Dacă e cu putinţă, lăuza să alăpteze singură copilul. Laptele nu vine dela mâncări multe şi băuturi; dimpotrivă, îl înţarcă. Trebue şi acî ţinută regula naturală de a mâncà şi bea numai când simte foame şi sete. Se înţelege dela sine că lăuza să mănânce hrană neaţâţătoare. La mamele sănătoase, asemenea mâncare le aduce lapte îndestul şi de cea mai bună calitate (vezi pag. 282).

---

1) Brâe de pânză rară în felul acesta, fără tivuri şi fără betelie sunt la mine la îndemână. Preţul împreună cu porto lei 2.15,

INGRIJIREA COPIILOR IN CELE DINTÂI LUNI [1])

Cine priveşte cu luare aminte fenomenele naturei, acela va mărturisì, că legătura dintre mamă şi copil, se cuvine să ţie mai mulţi ani. In anii dintâi, legătura făpturei mici cu mama e din pricina căldurei ce aceasta îi dă. E greşală mare a depărtà prea de timpuriu copilul de mamă şi a-l lipsì de căldura ei binefăcătoare. Tocmai acest lucru de mare folos pentru starea bună a copiluli, din nenorocire, prea de timpuriu de părăsit.

M'a chemat odată într'o familie, unde copilul, care erà de trei săptămâni, nu-şi mai aflà loc în leagăn şi pricinuià multă grijă mamei, mai ales că nici nu mistuià. Căldura mamei şi trei băi răcoritoare i-au fost leacul.

Creşterea copiilor. — Azi, fiindcă foarte multe mame nu pot alăptà, după cum s'a spus, avem atâţia copii slabi şi rău desvoltaţi. Cel mai bun lapte, în lipsă de al mamei, e al doicei. Dar nu-i totdeauna siguranţă, pentru creşterea copilului. Dacă doica nu-i sănătoasă, copilul, pe lângă încărcarea moştenită, mai capătă şi

---

1) Vezi: *Louis Kuhne.* Un apel către toţi părinţii, învăţătorii şi crescătorii. Eşită în limba germană, portugheză, olandeză, română, sveziană, daneză, ungară, editura Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24. Preţul 65 bani. Editura română a D-rului Toma Simionescu, Bucureşti, str. 11 Iunie, 7 exemplarul 25 lei.

alta nouă. In orice caz, ştiinţa fizionomiei poate ajută să cunoaştem doica dacă e bună, dar una deplin sănătoasă este foarte anevoie de găsit; de obiceiu se întrebuinţează hrănirea artificială. Dar totdeauna o aleg nepotrivită, dacă nu chiar vătămătoare. Laptele de vacă e mai bun nefiert, fiindcă se mistue mai lesne. Omorârea microbilor nu e de nici un folos, dovada este lesne de adus.

Mâncările cele mai hrănitoare sunt de bună seamă cele mai lesne de mistuit. Câtă vreme mistuirea e în regulă, sucul mistuitor are putere de a nimici şi depărtă toate răutăţile din trup. In timp ce laptele nefiert se mistue foarte lesne, cel fiert stă mai mult în canalele mistuirei şi dă loc la mai multe fenomene de fermentare decât o hrană normală.

De acì se vede de ce sunt atâtea boli la copii şi de ce mor atâţia de hrană artificială; extractele numai sporesc stricarea mistuirei la copii. Umflă burta copilului, dăunează mistuirea şi copilul e mereu neliniştit. Laptele fiert în aparatul Soxhlet, ori cel sterilizat, e tot aşă de rău şi de nefolositor pentru copil, ca şi cel fiert în oală; căci tocmai ceeace învăţaţii vor să ucidă în lapte, aceea îl face să fie mai lesne de mistuit. Indată ce laptele se află în canalul mistuirei, trebue să înceapă a fermentă. E drept că nu se vede nicăeri în natură ca laptele, înainte de a-l suge copilul, să fie amestecat cu aer. Din sânul mamei, laptele merge deadreptul în stomacul copilului, fără să se atingă cu aerul. Căci îndată ce se atinge, se şi întâmplă o schimbare care dăunează mistuirea copilului. Dacă laptele va fi pe cât se poate de proaspăt întrebuinţat, atunci schimbarea nu-i încă atât de mare. Cu toate astea, trebue avut grijă; căci nici vacile nu sunt scutite de materii străine. E o înşelăciune a crede că o vacă grasă, plină şi rotundă, care stă iarna şi vara în grajd, trebue să aibă lapte bun. In adevăr, şi vacile sunt bolnave; umflarea burtei înrăureşte asupra laptelui. Aşă că lumea e osândită să mănânce un lapte

amestecat cu materii bolnave, fiindcă în cultura caraghioasă, azi, nu poate fi lapte sănătos. In locul laptelui, e bine de dat copiilor făină de ovăz fiartă ca o smântână. Aceasta se face din crupe de ovăz neamare, curate şi se dă prin sită după ce fierbe. Crupele din comerţ nu sunt totdeauna bune: stând mult, se amărăsc ori fermentează; de aceea e mai bine de luat ovăz curăţat de coajă şi fiert bine, şi frecat până se face ca o alifie. In lipsă de aceasta, se ia ovăz necurăţat, facem crupe, le fierbem şi le strecurăm, apoi le frecăm şi facem ca o smântână. Asta e cea mai bună hrană pentru copii. E însă greu de făcut crupe. Dar nu trebue descurajat, după câteva încercări, se reuşeşte. In deosebi, am vorbit despre ovăz în lucrarea mea pomenită „Creşterea copiilor".

E o nenorocire, necazul ce au azi părinţii cu creşterea copiilor. E adesea prea mare. Băeţii nu vor să înveţe, au gândurile mereu la alte alea, sunt nesupuşi, mânioşi, lesne se înfurie, nesuferiţi. De câte ori părinţii şi profesorii nu îşi dau în zadar toate silinţele să scoată ceva de seamă din ei. Părinţii şi profesorii stau nedumeriţi, de ce creşterea e atât de grea. Se caută pricinile, nu se găsesc, şi se mângâe la urmă că aşà e spiritul vremei, fără să-şi închipue că în toate aceste cazuri sunt alte pricini adânci. Pretutindenea unde e o încărcare a trupului cu materii streine, lucrarea creerului şi a întregului trup va fi înrâurită şi schimbată nefiresc.

Dacă dă afară din trup încărcarea, vine iar starea naturală. Am avut în practica mea copii, din cari părea că nu poate eşi nimic; prin cura mea s'au făcut cei mai cuminţi, cei mai liniştiţi şi cei mai plăcuţi. Băeţii, cari nu puteau învăţà, cari stăteau cu ceasurile la o lucrare mică, fără s'o poată isprăvì, au ajuns, după alungarea din trup a materiilor streine, schimbaţi cu totul. Au început să înveţe şi să înţeleagă lesne; numai erau aşà adormiţi ca înainte, ajunseră bucuria părinţilor. Cine ştie câtă bucurie e să creşti copii sănă-

toşi, şi cât de puţină osteneală şi grijă trebue pentru aceasta, acela nu va pregetà a împlinì pentru ai săi toate celece trebue pentru această fericire. **Toţi părinţii trebue să socoată ca o datorie sfântă a cunoaşte metoda mea nouă de vindecare şi mai ales ştiinţa fizionomiei, ca să poată cunoaşte îndată dacă un copil e încărcat cu materii străine.**

Trebue să se ştie un lucru, care e prea însemnat, ca să nu fie spus. Acesta-i *imboldul sexual la tineri* şi *onanismul.*

E trist că nu s'a cunoscut până acuma acest păcat al tinerimei, şi că se trece cu un fel de „ruşine" ne la locul ei, peste toate acestea. Astfel însă răul nu piere din lume. Cine vrea să îndrepte relele omenirei, trebue să vorbească pe faţă despre astea. La ţară, unde natura şi practica merg mână în mână, se ştie, după cum am spus, că îndată ce vitele arată o aprindere prea mare pentru imboldul sexual, e o stare de boală. Şi omul e supus aceloraşi legi naturale, deşì cred unii că el are în orânduiala naturii alt loc, şi e supus altor legi. Intocmai cum la animale o stare bolnavă, adică o încărcare a trupului cu materii streine, aduce aţâţarea imboldului sexual, tot aşà e şi la om. Aplicarea la onanie e dovadă că trupul se află încărcat cu materii streine, cari fac apăsare asupra organelor sexuale. Dacă materiile acelea le vom scoate din trup încet-încet, încetează dela sine şi aplecarea bolnavă. Toate pedepsele ce dau părinţii copiilor, pentru punerea mânei la organele sexuale, sunt nefolositoare. Numai depărtarea pricinei, darea afară a materiilor streine, poate pune capăt acestei aţâţări. Dacă o voinţă tare îngădue copilului a nu ascultà de patimă, aplecarea rămâne în el şi nu piere până ce nu piere pricina. Cercetările mele îndelungate asupra onaniştilor, m'au făcut să mă încredinţez, că afară de o dietă neaţâţătoare şi o viaţă naturală, nu este alt mijloc mai potrivit pentru îndepărtarea patimei, cât şi băile mele

răcoritoare. Aşă dar, acestea sunt un mijloc minunat pentru moralizarea tinerimei. Tocmai acest lucru e atât de însemnat, încât fiecare ar trebuì să creadă o datorie de cinste a se încredinţà de adevăr.

PARTEA IV

RAPORTURI DESPRE VINDECĂRI ŞI SCRISORI ORIGINALE DE MULŢUMIRE

Pentru a arătà şi celor ce stau departe ce minunată vindecare s'a căpătat prin metoda mea, dau acì peste o sută de mărturisiri despre tot soiul de boli şi scrisori de mulţumire. Aceste din urmă mi-au venit necerute. De ar slujì numai la lăţirea ştiinţei de vindecare, spre binele omenirei bolnave.

No. 1. *Nervozitate, nesomn, aprindere cronică la maţe, pietre la ficat.* — D-na R. aveà greutăţi cu scaunul (aprindere cronică la maţe); nu puteà eşì fără clistire ori medicamente. Sufereà şi de piatră la ficat. Din lună în lună se îngrăşeà mai tare, până ce starea îi ajunse nesuferită. Foarte nervoasă, nu puteà dormì, suferì de dureri în partea ficatului, din pricina petrei şi nu aveà poftă de mâncare. La urmă doctorul, care o căutà, i-a spus că trebue o operaţie ca să scoată piatra dela ficat. Fiind însă c'a auzit bolnava vorbindu-se atâta de rău de operaţii, a venit la mine să-i dau ajutor.

Zilnic 2—5 băi răcoritoare cu frecături, pe săptămână 1—2 băi de abur, pe lângă asta mâncare fără de carne, astea au fost mijloacele cu cari am lucrat. In cele dintâiu 8 zile folosul a fost mic. Peste 2 săptămâni a început a aveà poftă de mâncare, somnul şi scaunul, regulate. In săptămâna a patra a avut scaune negre, grozav de puturoase, sub formă de urdinare. A scăzut cu 30 de funzi [1]) şi burta din grozav de mare s'a făcut

1) Un phund = 1/2 kilogram.

normală. După cinci săptămâni de cură au început a se topi pietrele din ficat şi eşeau cu udul sub formă de nisip. In 7 săptămâni s'a vindecat.

No. 2. *Catar la plămâni, picioare reci, dureri de mate şi de ficat. Catar la gât.* — D-l H. în vârstă de 27 de ani, din L.. întrebuinţă tratamentul meu pentru suferinţele de mai sus. Anume: băi de trunchiu cu frecături, mai târziu băi de şezut cu frecături şi dietă neaţâţătoare. Lecuirea s'a făcut repede. Mistuirea şi boala de mate s'au îmbunătăţit în toate privinţele. După trei săptămâni, bolnavul erà vindecat de toate bolile, şi ceea ce-l mirà mai mult, era, că aveà din nou picioarele calde, fără să fi făcut ceva la ele.

No. 3. *Cancer.* — Un Brazilian de 25 de ani, sufereà de umflături de cancer, cari se făcuseră în timp de 8 ani, şi se întindeau dela gât până la stomach. După fiecare mâncare sângerau, şi, din gâtul bolnavului eşeà o duhoare aşà de urâtă, că nimeni nu puteà stà aproape. E minune, chinuit cum erà de gândul sinuciderei, că nu se amăreà.

Câţiva vindecaţi prin metoda mea, îl sfătuiră s'o cerce şi el. In sfertul întâiu de an, i-a fost mai rău, fiindcă i s'au topit nodurile, aveà dureri mari. Cu toate astea, a mers înainte şi nu târzie vreme, s'a simţit vindecat. După un an, tânărul s'a însănătoşit de-a binele. Acuma, e un om muncitor şi un zelos propovăduitor al metodei mele de vindecare.

No. 4. *Gălbeneală, slăbiciune, dureri de cap.* — In primăvara anului 1887, fata de 13 ani a d-nei L., se plânge de mari osteneli, neplăcere la lucru, *slăbiciune obştească,* în scurt, erà rău. După câteva zile i se făcu albuşul ochilor galben, pe urmă această coloare urâtă se întinse peste tot obrazul, pe gât şi pe tot trupul. Se puteà vedeà limpede că nişte friguri puternice îi bântueau trupul, se întindeau din burtă în tot organismul. Din pricina fermentărei, boala se arătase la cap. Regimul a fost: dietă neaţâţătoare, trei băi răcoritoare pe zi pentru depărtarea materiilor streine şi deschiderea porilor. In 14 zile, gălbeneala e vindecată.

No. 5. *Tuberculoza oaselor.* — Timp de trei sferturi de an, se căutase cu doctori, d-l Al. H., din W., sufereà de tuberculoza oaselor şi îi dăduseră iodoform, carbol şi sublimat. I-au făcut operaţii la amândouă picioarele,

şi i-au scos bucăţele de os. Cu toate acestea medicamente, starea bolnavului erà desnădăjduită, nu mai puteà nici umblà. In această stare l-am primit eu. In trei luni i s'au vindecat rănile la picioare şi oasele buretoase şi umflate s'au făcut mai mici dar mai tari. Bolnavul puteà umblà, şi după altele trei luni, se credeà vindecat.

No. 6. *Ischias, schilodire, schiopătare.* — Oswald S., din R. la vârsta de 12 ani, s'a îmbolnăvit de ischias, după ce mai întâiu avusese tusă şi răceală. S'a căutat cu doctori, cu medicamente şi gimnastică, etc. boala însă s'a înrăit, încât copilul căpătă o înţepenire şi mergeà strâmb şi schiop. Piciorul drept îi erà mai necrescut şi mai slab decât cel stâng.

Să-l tămădui local la piciorul ţeapăn şi schilod, n'am încercat, ci băi răcoritoare şi dietă neaţâţătoare. Lucrarea acestora s'a arătat repede. După 14 zile băiatul puteà umblà fără cârje şi fără baston. După o săptămână, şoldul întărit erà iar normal, moale şi nu mai erà nici urmă de schilodire, piciorul se mişcà întocmai ca şi cel stâng Peste o jumătate de an piciorul cel închircit erà deplin de-o potrivă cu celălalt.

No. 7. *Slăbire obştească, durere de spate, mâini şi picioare. Lipsă de sânge (anemie) facere uşoară.* — De multe boli sufereà d-na E. din W. . . . . şi însărcinată. Toţi doctorii nu i putuseră până atunci face nimic, şi dânsa îşi puse toată nadejdea în cura mea. I-am orânduit o bae de trunchiu pe zi şi două băi de şezut cu frecături, pe lângă asta, încălzire prin umblarea la soare, şi dietă neaţâţătoare. Peste câteva luni, veni d-na E iar la mine şi-mi spuse c'a urmat după vorbele mele, şi că peste opt zile s'a simţit mai bine, şi, cu cât a ţinut cura mai departe, cu atâta a fost mai bine. Peste 4 săptămâni a născut şi, spre minunea moaşei naşterea a fost cea mai uşoară Pe când înainte aveà greutăţi cu placenta, din pricina căreia aveà curgere de sânge negru. Acum a eşit lesne şi dela sine. Copilul e cel mai vioiu din toţi. Pe când înainte nu aveà destulă hrană pentru copil, acuma aveà ţâţă din belşug. Aveà poftă de mâncare mai bună, mai multă decât înainte. A văzut că felul ăsta de vieaţă e nu numai mai simplu de cât celălalt, dar şi mult mai sănătos.

No. 8. — *Umflarea ghindurilor.* — Lui E. H. în vârstă de vreo 9 ani, i se umflase ghindurile dela gât din partea stângă, care se făcuse cât un ou de găină. I-am

dat două băi de abur pe săptămână numai în parte şi zilnic bae de trunchiu şi de şezut cu frecături de câte ½ de ceas pe lângă dietă neaţâţătoare. La început umflătura erà roşie închisă, pe urmă se făcu vânătă roşie. După ce a ţinut boala vreo 3 săptămâni, copilul n'a mai putut suferì băile de abur, de oarece umflătura, erà dureroasă şi capul nu-l puteà mişcà. Le-am înlocuit cu comprese calde. Erau atât de calde, cât puteà suferì trupul. Se puteà vedeà apăsarea materiilor bolnave. Puroiul a ţâşnit prin piele şi-a mânjit cârpa, fără să se fi făcut vreo deschidere. La urmă, s'au făcut două deschideri cât nişte boabe de mazeri, prin cari a curs o mulţime de puroiu. Apoi umflătura a scăzut repede, după ea s'a mai făcut alta; dar s'a trecut repede, deşertându-se prin cea dintâiu. După patru săptămâni, s'a isprăvit boala, încât copilul mergeà din nou la şcoală. După cinci săptămâni numai aveà nici un neajuns, şi capul şi gâtul se puteau mişcà lesne.

Dureri n'a avut mai de loc, fiindcă prin băi de abur locale şi prin comprese ferbinţi, iar pe de altă parte, prin băi răcoritoare, le-au ţinut în frâu. N'a rămas nici urmă după rană.

No. 9. *Cancer la nas şi la pept.* — Soţia măcelarului Sp. din Lipsca-Reudnitz, încercase toate mijloacele împotriva cancerului dela *pept şi nas,* dar, din nenorocire, fără de folos. Atunci cineva i-a spus de metoda mea de vindecare şi ea m'a chemat să vin la dânsa. M'am dus şi-am găsit-o într'o stare de plâns. La pept aveà o rană adâncă putrezită, atât de mare cât palma mânei. Pe urmă jumătate de nas erà vătămat de cancer şi pe frunte aveà două umflături mari roşii (noduri de cancer) cari erau gata să izbucnească. I-am dat o dietă trebuitoare care a avut cel mai mare succes. Intâiu au dat îndărăt umflăturile dela frunte, pe urmă s'a vindecat pieptul şi apoi nasul. Când doamna, după câteva luni de cură venì la mine în ceasul de consultaţie ca să-mi aducă veste de mersul boalei, erà încă destul de rău — căci aşà trebue să zică oricine a văzut-o, când erà bolnavă. Tămăduirea s'a făcut numai prin dietă naturală, băi de trunchiu şi de şezut cu frecături şi asudare, fără să-i fi pus cel mai mic lucru la nas, la pept şi la frunte.

In mai puţin de 3 luni d-na Sp. ţinând aspru cura mea, a scăpat de suferinţele ei grele.

No. 10. *Răni deschise la picior.* — Invăţătorul E. din Brazilia, îmi împărtăşi c'a avut izbândă mare prin cura mea. Sufereà de 7 ani de-o rană deschisă la picior. A mers dela un doctor la altul şi a cărat banii, câştigaţi atât de amar, aşà că nu mai erà în stare să lucreze, adese ori aveà chinurile iadului.

Atunci căpătă cartea mea metoda nouă de vindecare. După cetirea ei hotărî să facă o încercare. Luă numai băi de trunchiu şi se vindecă aproape într'un sfert de an. Dar cu băile de şezut s'ar fi vindecat în mai scurt timp.

Vindecatul a publicat într'un ziar nemţesc din Port-Algere, cum s'a vindecat prin cura mea.

No. 11. *Boală de băşică şi de rinichi, dropică, boală de ficat.*—D-na B. din P., sufereà de ani îndelungaţi de boală de băşcă şi de rinichi. Ajutoarele medicale nu numai nu aduceà îmbunătăţire, dar nu puteau opri nici dropica. Se hotărî deci să încerce cura mea. I-am orânduit zilnic 2 băi de trunchiu şi o bae de şezut cu frecături, precum şi dietă neaţâţătoare, cu oprire dela supe.

Au venit repede crize şi săptămâni întregi nu aveà poftă de mâncare şi mai să piardă răbdarea de a urmà cura mai departe. Fica ei o încurajà să meargă înnainte şi în curând cunoscu foloasele. In locul băilor de trunchiu i-am dat băi de şezut cu frecături, ca reuşita să fie mai grabnică. Invinse pe încetul *dropica, boala de rinichi şi de ficat.* In scurtă vreme, d-na B. se vindecă şi cine o vedeà nu puteà crede că dânsa fusese atât de greu bolnavă.

No. 12. *Boală de inimă. Puncte negre.* — Un lucru neplăcut e, când înaintea ochilor ne pare că joacă tot felul de lucruri încoace şi încolo, fără să fie ceva în adevăr în afară de noi. Aceasta vine de acolo, că ni se află corpuri streine în lentila ochiului şi aruncă umbră pe retină (muşte sburătoare). Prin curăţirea trupului se depărtează şi acestea. Aşà îmi povestì d. consilier F. H. din B. că, după ce a făcut cura mea pentru o boală de inimă, a scăpat şi de acele năzăriture neplăcute.

No. 13. *Diaree de ani de zile şi eşirea cu sânge.* — D-na W. din America sufereà de diaree cu sânge de patru ani şi nu se puteà tămăduì cu doctoriile doctorilor.

I-am dat ce se potriveà cu starea ei, dietă cu hrană bună de mistuit, băi răcoritoare cu frecături de trei ori pe zi şi pe săptămână trei băi de abur. Peste trei săptămâni s'a vindecat.

No. 14. *Boală de ficat, aprinderea maţului gros, su-*

doare la picioare, catar de stomach. — De mai multă vreme sufereà d. director M. din D. de aprinderea intestinului gros, care ajunsese cronică, aceasta adusese şi o boală de ficat. Ani de zile a întrebuinţat medicamente, dar nici un tratament nu-i foloseà. La începutul lui Septemvrie venì d. M. în cura mea. Urmarea a fost minunată, *catarul de stomach* a încetat în câteva zile mistuirea, a ajuns în câteva săptămâni regulată. Materiile bolnave adunate în trup de ani de zile, le-a depărtat, starea i s'a îmbunătăţit din săptămână în săptămână. In două luni în cari a scăzut cu 15 pfunzi, d. M. fu deplin vindecat şi sudoarea picioarelor pe deplin depărtată.

No. 15. *Boala măduvei spinărei, oftigă.* — M. în N. *sufereà de măduva spinărei şi de oftică, care, după spusa doctorilor dela universitatea din Lipsca, n'aveà leac.* M. a stat la numita clinică un an de zile, fără să simţă măcar urmă de vindecare. Nenorocitul erà acuma într'o stare şi mai rea, nu mai primeà nimic dela Casa de ajutor, şi trebuià să stea pe seama rudelor, doctorii îi luaseră orice nădejde de vindecare. Atunci auzì de metoda mea de vindecare şi se hotărì să încerce. Venì la mine în cârje, fără puteri şi vlagă, cu toată hrana „întăritoare", ce-i dăduseră. Cercetarea îmi arătă că aveà mare încărcare a spetelor, legată cu friguri lăuntrice.

I-am dat întâiu băi de trunchiu de 16°—18° R. vrâstând cu băi de şezut cu frecături. Acestea ţineau până la un ceas. Dieta fără carne; dimineaţa şi seara fructe şi pâine graham, la amiazi legume. La 3—4 săptămâni, o bae de abur şi mai ales pe burtă aşà că bolnavul în timpul băei să nu steà pe spate.

După $^1/_4$ de an, d. M. puteà să umble puţin; după ½ de an umblă fără de băţ. Incărcarea spetelor erà aproape vindecată, aşà că puteà să lucreze, şi-a eşit din cura mea.

No. 16. *Regule grele. Emoragia mitrei.* — D-na W. sufereà de mai bine de opt ani de *lipsa regulelor câtăva vreme* şi pe urmă de *pierderi de sânge,* care îi răpeau toate puterile. S'a dus la un doctor S., de acì, care a căutat-o lung timp, dar fără folos. Tot fără de folos a fost şi căutarea la clinică. Eu i-am dat băi de şezut, zilnice şi dietă neaţâţătoare. Lucrarea a fost minunată. In scurtă vreme, d-na W. s'a vindecat de e-

moragie şi perioada i s'a regulat. Ii veneà şi puterile ce perduse înainte.

No. 17. *Roşaţa feţei.* — O doamnă care sufereà de roşeaţă la obraz, mi-a cerut sfatul. Pe lângă ordonanţele mele, îi trebuiră băile răcoritoare să fie potrivite cu starea bolnavei. Adesea bolnava, când îi veneà sângele în faţă prea tare, făceà bae câte 2 ceasuri, schimbând apa la fiecare ½ de ceas, spre a micşorà fierbinţeala. Pe lângă asta făceà zilnic 2 băi de abur la cap, urmate de băi de şezut cu frecături, care o uşurau mult. In aproape 8 zile s'a vindecat şi erà mai frumoasă şi mai înviorată la faţă decât oricând.

No. 18. *Umflătură. Vâjieală de urechi.* — D-na L. din Gr., aveà după urechea stângă o umflătură cât o alună, şi, din astă pricină, sufereà de vâjieală. Trei ani s'a căutat în zadar cu tot felul de metode. La urmă îi rămâneà numai să facă o operaţie la care o povăţuià doctorul. Dar nu se puteà hotărî. Veni în căutarea mea. Am întrebuinţat tot băile răcoritoare; dietă naturală şi îngrijire. Vâjieala a încetat după cele dintâiu băi şi umflătura, după o săptămână.

No. 19. *Pecingine la barbă. Dureri la spate.* — De cea dintâiu boală sufereà d-l H. de ani de zile. Toată bărbia îi erà de coloare roşie închisă. Pretutindenea aveà bube şi pete cu sânge.

Toate medicamentele alopaţilor şi hemeopaţilor, cât şi metodele naturale nu-i folosiră nimic.

După cercetările mele, am găsit că are o încărcare la spate, căci, de ani, sufereà şi de *dureri de spate.* Din pricina acestei încărcări vindecarea mergeà încet.

Mai multe băi răcoritoare zilnic, dietă potrivită, şi două băi de abur pe săptămână, l-au vindecat în 5 luni de zile.

No. 20. *Neputinţa bărbătească.* — D-l Gl. din Sp. sufereà de neputinţă bărbătească. Tot ce încercase nu-i fusese de folos. Prin cura mea pe care a făcut-o acasă: băi de şezut cu frecături, vrâstând cu băi de trunchiu şi cu dietă fără de carne, s'a vindecat în 6 săptmânâi.

No. 21. *Incuere la un copil sugaciu.* — Copilul de ½ de an al pastorului L., sufereà de *incuere* şi nici un medicament nu-i foloseà. Copilul mâncà lapte fiert de trei ori pe zi. Trupul copilului erà încărcat cu materii străine; aveà cârcei şi friguri care-l slăbiseră rău.

Pentru cârcei îi dăduse doctorul comprese calde cari să le schimbe la 2 ceasuri. Lucrarea nu erà de ajuns, şi copilul aveà cârcei câte de 12 ori pe zi. Tatălui i-a venit în minte să schimbe compresele la fiecare sfert de ceas şi urmarea a fost minunată: nu mai aveà cârcei. Dar rămâne încuerea. Atunci cetì părintele cartea mea şi începu a face copilului câte 2 băi de trunchiu. dar, ori cum, prea calde de 27°—25° R. Lucrarea venì după câtva timp, peste cinci săptămâni, copilul aveà eşiri normale.

Dar i s'a regulat şi hrana altfel. Ii da lapte crud şi crupe de ovăs. Copilul începeà să se ţie. Erà mai vioiu, pe când înainte erà ca un butuc.

No. 22. *Gâlci. Uşurare la facere.* — D-na M. aveà gâlci şi trebuià să poarte o basmà la gât, ca să le învăleascà. Incepu cura mea şi-o urmà cu zel. Ghindurile vârtoase s'au muiat, s'au micşorat şi starea bolnavei erà foarte bunà. Cât de mult a câştigat sănătatea d-nei s'a văzut la naşterea apropiată.

A născut al şaptelea copil şi a rămas *uimită cât de lesne l-a făcut.* I-au fost destul trei opinteli ca să vie copilul pe lume. Copilul erà mic, dar bine făcut şi s'a născut cu cămaşa. După două ceasuri l-a făcut şi erà roş şi bine.

D-na M. n'a mâncat carne în timpul sarcinei. S'a mirat foarte mult c'a putut alăptà copilul 3 luni, ceeace înainte nu puteà.

No. 23. *Ischias (durere de şolduri, de coapse).*—Câţiva ani înainte m'a chemat d-l dr. medic B., care sufereà din Februarie de ischias, şi care cu toatà căutarea medicalà, îi mergeà tot mai rău şi mai rău. La urmà, nu mai puteà merge şi nici sta culcat. Aşà că şedeà pe sofa zi şi noapte. I-am orânduit 2 băi de trunchiu cu frecături de 18°—15° R. Rilnic; tot la două zile o bae de aburi, precum şi dietà potrività. Chiar de-a patra zi îmi aduse veste un băiaş al meu că d-l dr. e mai bine şi că poate umblà prin casà. In 8 zile îmbunătăţirea mersese până acolo, încât puteà urmà cura fără de ajutorul meu. Peste patru săptămâni boala încetase.

No. 24. *Difterie, scarlatină.* — Odată m'a chemat la d-na S. a cărui băiat, în vârstà de 9 ani, erà bolnav de *scarlatină şi difterie.* Fiindcà-i trebuià întâiu o bae de abur şi n'aveau un aparat de-ale mele, am înjghebat unul. Am aşezat băiatul pe un scaun de pae, sub acesta

am pus o oală cu 4—5 litre de apă clocotită; picioarele i le-am aşezat asemenea deasupra unei oale pe jumătate cu apă clocotită şi acoperită cu două scândurele. Tot trupul sta acoperit cu o pătură de lână. După ce bolnavul a asudat bine, i-am făcut bae de trunchiu la 8° R., în care timp i-a frecat burta până s'a coborât ferbinţeala dela cap. Interesant erà de văzut cum răsuflarea grea dela început scădeà pe încetul, fiind tot mai uşoară şi mai normală. Primejdia erà înlăturată, înainte de-a plecà, am spus mamei că, de cumva începe iar ferbinţeala, să-i facă altă bae de trunchi, până iar se va coborî temperatura. După 15 zile copilul a fost iarăşi sănătos. Aşà se vindecă difteria, pe care şcoala medicală o cată prin „ser", care preface în altă boală ascunsă.

No. 25. *Surzenie. Polip, răguşeală.* — Din pricina surzeniei la urechea dreaptă şi mai departe din a unui polip, care-l aveà în gât la omuşor m'a întrebat d-l Sch. din Th. Boala îl împiedică să vorbească. Fusese la toţi doctorii şi în toate clinicile. Nu-i putuseră ajutà nimic. Cercetarea după ştiinţa fizionomiei îmi spuneà că are încărcare înainte, aşà că i-am putut proroci izbânda. S'a întâmplat, cum am spus, după ce bolnavul a urmat 10 zile cura mea, mi-a împărtăşit că aude cu urechea care *n'auzeà,* iar răguşeala şi mâncărimea în gât s'au împuţinat. Peste alte 4 săptămâni se vindecase de boală. Pe urmă, îmi povesteà că nici când erà tânăr nu s'a simţit mai bine decât după ce-a scăpat de boală.

No. 26. *Neurastenie. Catar cronic de gâtlej.* — D-l Ki. de acì sufereà de 20 de ani de *boală de nervi,* care în urmă, se prefăcuse în *neurastenie,* legată *cu un catar cronic de gâtlej.* Mai multe tratamente ce-a încercat au fost fără de folos. Incărcarea bolnavului erà prielnică. Şi acì metoda mea de vindecare nu mă lasă în nedumerire. Urmarea a fost minunată. Bolnavul a trebuit să aibă câteva crize de vindecare, dar, la urmă, a perit orice urmă de neurastenie şi catar. Bolnavul se simţeà, după spusa lui, ca născut din nou.

No. 27. *Dureri de faţă. Nevralgie. Nesomn.* — D-l R. B. din R., în vârstă de 39 de ani, sufereà de vreo 4 ani de dureri cu *cârcei la faţă.* A întrebat mulţi doctori, fără să-i ajute ceva. Un profesor vestit i-a spus că trebue operaţie. D-l B. se lipsì de operaţie şi venì la mine.

Am cunoscut că are încărcarea părţei drepte, de aceea şi durerile şi cârceii erau la partea dreaptă. Pricina boalei trebuiă căutată în burtă. De altfel sufereà şi de mistuire rea. Cu tratamentul meu, peste 8 zile, i se îmbunătăţì mistuirea şi se regulă. Peste trei săptămâni, puteà dormì liniştit toată noaptea. După 3 luni de cură, erà deplin vindecat de suferinţele sale şi se schimbă şi la înfăţişare.

No. 28. *Scrofule, anemie, presbitism, umflarea ghindurilor.* – D-şoara H. G. din Gr., profesoară, suferise câţiva ani de scrofule şi anemie, şi avea umflături şi ghinduri, mai erà presbită[1]).

Nimic nu i-a fost de folos împotriva răului. Din pricina presbiţiei trebuià să poarte ochelari, dar curând nici aceştia numai erau de folos, aşà că, pe lângă o pereche de ochelari îi mai trebuià alta peste cealaltă.

O prietenă îi spune de metoda mea. A urmat-o un an de zile cu asprime. Făceà zilnic 2 băi de şezut cu frecături 15—20 de minute, şi trăià cu hrană naturală. A reuşit, întâiu i s'a îmbunătăţit mistuirea, pe urmă i-au trecut umflăturile, una după alta, si totdeodată şi aplecarea spre boala de plămâni. După ce numai erà nici urmă de ghinturi i s'a îmbunătăţit şi vederea. După ce a trecut de un an, numai aveà ochelari. Ceeace n'au putut face cei mai buni oculişti, a făcut metoda mea.

No. 29. *Incuere şi nesomn la un copil de 2 luni.*.— O doamnă H. din Manheim, venì în ceasul de consultaţie cu fetiţa ei de 2 ani, care sufereà de *încuere* şi din pricina asta, nu dormeà. Dovada că se născuse încărcată. După cum am văzut şi mama sufereà de nemistuire, şi de mult aveà o aprindere la ochi.

Fiindcă mama alăptà singură, trebuì să mă îngrijesc ca ea să se curete de materiile bolnave. I-am dat câte-o bae de trunchiu şi de şezut cu frecături, dietă neaţâţătoare şi stare la aer curat. Copilul, ca să-l facă să asude, îl ţineà cu dânsa în pat. După două zile de cură, copilul nu mai erà încuiat şi dormeà; după câteva săptămâni încetă mistuirea rea şi boala de ochi a mamei.

De acì se vede limpede cât de mare e înrâurirea mamei asupra copilului, prin hrana naturală. Leacuri de-a dreptul, la o fiinţă aşà de mică, n'ar fi fost de folos. Incărcarea mamei cu materii străine erà pricina boalei copilului.

1) Presbit, care nu poate v dea de aproape.

No. 30. *Cloroza.* — Aşà se chiamă boala de care sufereà fiica de 12 ani a d-lui E. H. din P. Am spus tatăiui că la un caz atât de înaintat de boală, e slăbită copila din pricina medicamentelor multe ce-a luat şi că e puţină nădejde de vindecare. S'ar puteà încă nădăjduì, dacă burta şi mistuirea s'ar lăsà înrâurite. Puţine imi erau aşteptările, când s'a început cura mea; dar, după o săptămână, starea bolnavei s'a îmbunătăţit, a căpătat poftă de mâncare şi mistuire bună. Dup 4 săptămâni de cură, cloroza încetă, mulţumită puterei de viaţă a organismului tânăr.

No. 31. *Vărsături periodice. Boală de plămâni. Clorozâ.* — D-l M. din L., sufereà de 12 ani de atacuri de vărsături şi cu nimic nu se puteà lecuì. De obiceiu, în fiecare săptămână, îi veneau acestea. Atacul ţineà de dimineaţă până seara. Urmarea tratamentului meu, care erà băi de şezut şi de trunchiu cu frecături şi dietă cumpătată, a fost strălucită. In locul colorei roşite, capătă o culoare vie şi frumoasă. Mistuirea proastă dinainte s'a îmbunătăţit. Şi atacurile nu s'a mai întâmplat. Peste patru săptămâni venì să-mi mulţumească, spuind că se simte ca născut din nou.

No. 32. *Dureri grele la inimă. Oprirea sângelui. Nesomn. Lărgirea arterei. Astma.* — D-na M. din H. în vârstă de 58 ani, aveà toate aceste boli. In anii din urmă astma o supără prea tare. La urmă o găsiră şi dureri în ţâţa dreaptă pe lângă bătăi de inimă şi înăduşeli zilnice. Durerile şi răsuflarea grea n'o lăsau să doarmă. Nu mai puteà bolnava face nici zece paşi, abiă vorbea. Intr'o zi deasupra ţâţei drepte se arată o vână de grosimea unui deget, care băteà mult mai tare decât inima. Toţi doctorii, între cari unul foarte vestit, se uitau miraţi la acest caz. In urmă au spus că o lărgire a arterei dela inimă şi că din clipă în clipă se poate aşteptà să se rupă şi deci moartea. Aceşti cinci doctori, între care şi un naturist, au părăsit pe bolnavă lăsând-o fără vreo nădejde. Atunci a venit la mine, am căutat-o după metoda mea şi am văzut că toată pricina acestor fenomene de boală erà o încărcare cronică din burtă. De acì, deveneà astma, pe urmă durerile de inimă, de unde şi umflătura arterelor. Zilnic trei băi răcoritoare şi dietă naturală, au avut o urmare neaşteptată; peste 8 zile au încetat durerile. Peste 14 zile rana umflată a dat îndărăt şi peste trei săptămâni au încetat toate fenomenele pricinuite de încărcarea

din burtă. Încă o dovadă pentru teoria despre unitatea boalelor.

No. 33. *Difteria.* — Copila Eliza, în vârstă de 12 ani, erà bolnavă greu de difterie. Doctorul a făcut tot ce-i stà în putinţă, dar zadarnic. Gâtul erà foarte umflat în parte şi cu o membrană urâtă vânătă şi puturoasă, răsuflarea îi erà împiedicată şi copila, amenințată să se înăbuşe. Doctorul vorbì părinţilor de *traheotomie* şi erà de nevoe de dus la spital. Părinţii n'au voit s'audă din fericire, de aşà ceva. A întrebuinţat pe dată tratamentul meu. Intâiu o bae de şezut cu frecături mai lungă, în care timp îi scăzu vădit temperatura. Tot odată se domolì încordarea din gât. Băile le făceau mereu de câte ori vedeau că starea se înrăeşte. Pe urmă au îngrijit s'asude. Fereastra erà zi şi noapte deschisă. În 12 ceasuri primejdia s'a înlăturat. Peste 4 zile, umflătura şi plăcile se şterseră. La 8 zile mistuirea erà bună, dar am stăruit ca bolnava să mănânce încă tot pâine de graham şi fructe acre nefierte. Peste 20 de zile, am dat voe să scoată fata la soare afară. Peste 15 zile, bolnava se puteà socotì vindecată.

No. 34. *Cancer la buze.* — Cei mai însemnaţi doctori au căutat pe un domn în vârstă de 72 de ani, timp de 6 ani, de *cancer la buze.* Rana dela buze erà tot mai rea, începu şi o curgere. L-am căutat şi am văzut că încărcarea erà mai mult dintr'o parte spre cap. Lucrarea tratamentului meu începu să se arate chiar după întâele zile începu să se micşoreze curgerea şi rana să se strângă. Aceasta s'a vindecat în 10 zile şi buza arată de 3 ori mai mică. Peste 11 zile, bolnavul se aflà cum nu fusese la 16 ani. Iar un caz de *cancer* vindecat, ceeace şcoala medicală crede că nu se poate.

No. 35. *Boală de gât, scarlatină, difterie.* — Karl Br. din Steinmarch, în vârstă de 8 ani şi jumătate, venì cu mama lui la mine. Ea dădu următoarele lămuriri despre sănătatea fiului său. Până la vârsta de 2 ani jumătate a fost băiatul deplin sănătos, pe urmă, după vaccinare mereu bolnav. La vârsta de 3 ani a avut difterie, care, prin medicamente, a fost năbuşită, pe urmă, după boală, erà mereu aţâţat rău şi aveà glasul slab. Pe amigdale aveà puncte albe. Gâtul se umflà cu orice prilej, mereu ca la difterie. Mistuirea erà mai rea decât înainte. In Martie 1891 copilul se îmbolnăvì de reumatism articular foarte rău, care l-a ţinut trei săptămâni. Erà atât de slab, că nu mai aveà altă nădejde

decât să intre în *cura* lui Louis Kuhne, în Lipsca. La 15 Aprilie 1891 o începu.

Lucrarea tratamentului meu a fost minunată. De a doua zi i se îmbunătăţi mistuirea. A treia zi, se întoarce difteria care fusese numai înăbuşită. A trebuit şi acì să vie ca dela început, din pricină că medicamentele luate o făcuseră de se ascunsese. A cincea zi a început să se deşarte şi să iasă afară escremente negre şi puturoase, precum şi o urină de culoarea cafelei. După deşertarea acestor materii bolnave, în 5 săptămâni copilul a fost sănătos trupeşte şi sufleteşte.

No. 36. *Polip. Mistuire grea.* — D. farmacist B. din Z., suferea de 20 de ani de mistuire proastă şi neregulată. Toate mijloacele ce întrebuinţase pentru regularea scaunului fuseseră zadarnice, şi doar avuse destule medicamente în farmacie. Chiar dacă unele lucrau de o cam dată mai pe urmă însă nu mai ajută nici unul, din pricina relei mistuiri, toţi dinţii îi erau slăbiţi şi stricaţi. Pe lângă asta i se făceà în nas şi în căile răsuflărei un polip care nu da îndărăt, erà urmarea boalei lui cronice. De 26 de ori s'a operat de polip d. B şi polipul tot mereu creşteà. Se vede din asta cât de greu pot trage învăţături din practică, doctorii cari sunt prinşi în înşelătoria şcoalei medicale. Cu metoda mea, d-l B. s'a cunoscut ceva mai bine decât cu medicamentele în 20 de ani. Polipul da îndărăt încet-încet. In patru săptămâni d. B. s'a vindecat. Dreptatea metodei mele a minunat atât pe d. B. încât a zis că nu mai poate ţineà farmacia împotriva conştiinţei sale. Vedeà că medicamentele numai înşeală şi otrăvesc omenirea. A hotărât să-şi vânză farmacia.

No. 37. *Aboală şi nesomnul.* — De acestea sufereà copila d-nei G. din L., în vârstă de cinci ani. Zbătându-i-se tot trupul, numai puteà umblà, nici vorbì, nici dormì, nu mistuià de loc. După ce-au cercat toate metodele de vindecare, au venit la mine.

Băi de trunchiu şi de şezut, aceste din urmă mai lungi, mişcare la aer şi dietă au avut şi acì urmările dorite, peste o săptămână, copilul putu umblà.

Ca urmare a curei a venit vindecare deplină şi mistuire normală. Toate aceste fără de medicamente şi fără metode doftoriceşti.

No. 38. *Cârcei nervoşi.* — De cârcei deşì sufereà d-na G. începeau dela vârful degetelor şi mergeau spre vârful capului, erà un chin pentru d-na G.

Doctorii cei mai însemnaţi au căutat în felurite chi-

puri să depărteze boala, fără de folos, ba chiar suferința se mai înrăutățeă. Aceste manifestări din greșală le luau drept însăși boala, fără a lua în seamă burta. Nici o minune, dacă s'a întâmplat înrăutățire. Apoi a venit d-na G. la mine la consultație. Peste 6 săptămâni, d-na a fost vindecată de boala ei.

No. 39. *Poluții, boală de măduva spinării, oftică. Tabeș dorsales, nesomn, boală de nervi, paralizie.* — Suferind de aceste boli, d-l H., în vârstă de 42 de ani, veni în tratamentul meu. Cu greu mai puteă umblà. culcarea pe o parte îi eră foarte grea. De ani de zile sufereà de nemistuire, de nesomn și răceà lesne. Îl necăjeau și poluțiile, deși eră însurat, semn neîndoios de încărcare a spatelui, deci o boală de nervi adâncă. Școala medicală îl părăsise în nevoe, cercase toate mijloacele ei ! I-am dat zilnic două băi de trunchiu cu frecături, timp de 14 zile; pe urmă 4 săptămâni zilnic, o bae de trunchiu și 2 băi de șezut cu frecături. Urmarea a fost minunată. Mistuirea s'a îmbunătățit, după câteva băi; paralizia dela picioare, în câteva săptămâni. Oftica măduvei spinărei în 2 luni s'a vindecat deplin. Deci altă dovadă pentru metoda mea de vindecare și pentru neputința școalei medicale.

No. 40. *Surdo-mut, sânge la cap.* — Fetiță de 4 ani, a d-nei Sch. din L., eră surdă și mută. După spusa mamei, în urma vaccinărei. Toate încercările medicale au fost de prisos. Au chinuit-o cu operații și arderi, când vedeà doctor, fetița țipà și fugeà, din pricina spaimei și strigătelor, n'o puteau căutà, dar vedeam că-i foarte încărcată și că are năvală de sânge la cap. I-am dat băi răcoritoare și dietă neatățătoare, somn cu ferestrele deschise și să stea mult la aer și soare.

Urmarea a fost foarte bună, și peste două săptămâni, mama îmi aduse vestea că fata e mult mai bine, și că începe să audă. Peste alte 4 săptămâni, micuța eră vindecată. Auzeà, vorbeà și nu mai eră așà fricoasă.

No. 41. *Încuere strașnică.* — D-na dr. F. din A., sufereà de vreo 20 de ani de *încuere.* Nu-i mai ajută nimic. Când veni în tratarea mea, îmi spuse curat că nu mai crede cu putință o îmbunătățire. După ce a urmat 8 zile, sfaturile mele, și a mâncat curat și natural, mai s'a înlăturat și cu el o mulțime de urmări ale lui.

Bolnava a mâncat mult timp numai fructe acre și pâine de crupe, până când a putut iar să mistue fierturi.

SCRISORI DE MULȚUMIRE ORIGINALE

No. 42. *Dureri de gât. Boală de beşică şi de rinichi, Boală sexuală.* — Mult onorate d-le Kuhne ! Cura d-tale, orânduită prin scrisoare, mi-a făcut mult bine. Boala de beşică şi cea de rinichi m'au lăsat; boala sexuală s'a îmbunătăţit, mai e numai puţină scurgere. Durerile de gât (aveam ţi o umflătură gălbue) sunt cu totul îndepărtate, mă simt mult mai bine decât înainte. Vă mulţumesc pentru *consultaţia prin scris,* care mi-a folosit mult, şi rămân al d-voastră.

Bromberg. E. M.

No. 43. *Aprindere de încheeturi la genunchi. Nervozitate [illegible] grad. Congestie la cap. Grăsime la inimă. Boală de ficat. Boală de rinichi şi de mate.*— Onorate d-le Kuhne ! Din pricina inflamaţiei dela genunchi, am fost nu de mult la institutul d-tale, (genunchiul împrejur măsura 56 cm.). După 18 zile de tratament, am plecat acasă. Dietă aspră şi băile de trunchiu cu frecături, împreună cu băi de aer şi de lumină, miau folosit deplin şi am acum 44 cm. grosime la genunchiu. Aceste îmbunătăţiri le datoresc cărţei d-tale „Ştiinţa nouă de vindecare", pe care am cumpărat-o de câţiva ani. Mult timp m'am ţinut de orânduelile d-tale: mâncare naturală şi băi de trunchiu cu frecături, şi am căpătat prin metoda d-tale de vindecare, încă următoarele: am scăpat de *nervozitate foarte mare, de congestii la cap, de grăsime la inimă, de boală de ficat, de boală de rinichi,* pe cari şcoala medicală le credeă neînstare de a fi lecuite. Am avut şi *boală de mate,* care s'a lecuit. Aceste rânduri le puteţi întrebuinţă la toate scopurile oficiale şi judecătoreşti.

Cu multă mulţumire, Cu stimă.

Trautenau în Bohemia. K. H.

No. 44. *Migrenă rea.* — Mult onorate d-le Kuhne! De mult doream să-ţi aduc mulţămirile mele cele mai curate, dar m'a împiedecat, ba una, ba alta. Poate vă veţi aduce aminte de mine, când voiu spune că am fost la d-v. în August anul trecut. Cu fiica mea mai mare, împreună cu d-na N. din L., ca să-mi ajutaţi împotriva migrenei rele de care sufeream. A doua zi după venire m'a apucat rău. Aţi fost martor, când eraţi cu noi în grădina stabilimentului, acordându-ne un ceas din preţiosul d-voastră timp. De atunci n'am mai avut migrenă, pentru care mântuire, eu, după D-zeu, îţi mulţumesc d-tale. Sunt atât de bine şi de uşoară, ca în tinereţe, de aceea nu mi-e greu să ţin dieta dată de d-ta. Băile sunt atât de binefăcătoare, că nu te poţi lipsì de ele. Numai baia de abur îmi e cam anevoie, neavând aparatul d-tale, *fiindcă fără el trebue trei oale.*

Fata mea vă salută din inimă, eu vă mulţumesc încă odată, şi rămân cu toată inima al d-voastră.

Bietefeld. Cu toată stima,
D-na E. H.

No. 45. *Reumatism, podagră, paralizie, ischias; boală de ochi.* — Eu, mai jos iscălitul, m'am îmbolnăvit în toamna anului 1885 de boalele de mai sus însemnate şi m'am căutat vreo 3½ ani cu tot felul de metode, fără nici un folos, fără să cunosc nimic dela vreo 12 doctori şi profesori. La urmă, un profesor şi doctor dela Universitate, m'a trimes la d-l Kuhne, care atunci erà vestit prin conferinţele ţinute despre metoda nouă de vindecare. Aproape 3½ ani am fost în căutarea celor mai însemnaţi doctori, fără să cunosc nimic; starea mea erà tot mai rea şi mai de plâns. Numai în trei săptămâni, d-l Kuhne, cu metoda sa nouă, m'a vindecat deplin, şi sunt în stare să lucrez.

Lipsca-Anger. H. K.

No. 46. *Tuberculoza plămânilor, viţiu la inimă, carie la oase, aprindere de maţe, emoroizi, boală de rinichi.* — Mult onorate d-le Kuhne! Sunt în August 2 ani de când fiul meu, pastorul U., şi-a adus dela d-voastră cartea: „Metoda nouă de vindecare“. Pe la sfârşitul lui Iulie eram bolnav de moarte, părăsit de doctori. Fiul meu mi-a tras luarea aminte asupra metodei d-tale, şi, ca înecatul, care se apucă de un paiu, m'am agăţat de dea. Băile d-tale şi dieta au avut rezultat

strașnic; după 5 luni, *emoroizii* mei, *boala de plămâni,* împreună cu *sângele* dela *rinichi* și *aprinderea de mațe* au fost complect vindecate. Ceeace n'a putut dobândì școala medicală în 13 ani, cu tratamentul ei, eram tot mai rău, în cinci luni, cu tratamentul d-tale, am căpătat.

Săteanul Fr., care deasemenea și-a adus cartea d-voastră, s'a vindecat de un vițiu la inimă. Am vindecat acì pe mai mulți și am stăruit pentru tratamentul d-voastră.

O fată de 16 ani, suferea de 6 ani de caria oaselor, și nu-i puteà nimeni ajutà: Dela spate și dela picioare și mâini se desfăcuseră oasele. Chiar dela primirea prescripțiilor d-v. făcu bolnava două băi de aburi întregi și zilnic 3 băi de șezut și de trunchiu cu frecături, dietă aspră. Și dintr'un cadavru pe jumătate, s'a făcut o fată voinică și sănătoasă.

Aceste cuvinte, pot să-ți spună, onorate d-le Kuhne, cât de recunoscător îți sunt în inima mea.

Gr. Hilligsfeld. Dna. Dr. med. U. năs. de K.

No. 47. *Paralizie, îngrășare, boala ghindurilor, scrofule.* Onorate d-le Kuhne ! Simt o datorie adâncă de a vă arătà sincera mea mulțumire, pentru fapta umanitară ce mi-ați făcut, cu sfatul d-voastră minunat, pentru boala mea.

Din 1892 sufeream de *scrofule* și de mai mulți ani de *nemistuire.* Am cercetat toate mijloacele și am întrebat doctori însemnați, dar suferința îmi erà tot mai mare și aveam acum foarte puțină încredere în doctori. In starea mea desnădăjduită, aflai de metoda d-voastră de vindecare și am plecat pe dată la Lipsca. Fiindcă mi se făcuse operație la călcâiul stâng, a trebuit să viu în cârje și'n băț. Reușita curei d-tale a fost minunată, așà că peste câteva zile puteam umblà fără de cârje, dar mă ajutam puțin cu bățul. Peste alte două zile, nu mai aveam nici de el nevoie. M'am simțit foarte bine în această cură. Dacă așì fi mers dela început la d-ta în Lipsca, sigur nu-mi rămâneà așà cicatrice la gât, cum am azi.

Vă rămân mulțumitoare pe vieață, și mă voiu silì a răspândì această metodă de vindecare.

Brugwindheim. Cu înaltă stimă, B.

No. 48. *Sifilis, nesomn, durere de cap.* — Onorate d-le Kuhne ! E de datoria mea să vă aduc la cunoștință

minunatele rezultate ce am căpătat, întrebuinţând metoda d-tale la boala mea grea (sifilis), pe care specialiştii au declarat-o de netămăduit.

Timp de 7—8 ani, am făcut cura cu mercur, de 2—3 ori am fost la băi de pucioasă, dar boala era numai înăbuşită, nu scoasă din trup, şi, după fiecare cură şi an, eram tot mai slab, mai nervos şi neînstare a lucrà. In urmă, am căpătat o durere de cap; când mă apucà, aproape leşinam. Luni de zile iar nu dormeam; doctorul mi-a dat iar băi de pucioasă, căci altfel poate să mi se înmoaie creerii.

Vedeam că nu mai merge, toate medicamentele mă otrăviseră. Eram în nedumerire. Aveam puţină nădejde în metoda d-tale. S'au arătat însă urmări minunate; am căpătat linişte şi somn după 3 băi.

Câte s'ar înlătură, dacă toţi bolnavii ar întrebuinţà metoda d-tale, atât de uşoară şi fără de dureri ! Nu se poate îndestul làudà, şi mărturisesc bucuros că e cea mai mare greşeală a şcoalei medicale, a crede că sifilisul nu se poate vindecà.

La boala mea, atât de înrădăcinată, vindecarea a fost o adevărată minune a naturei. Am ţinut încă vreo câtva timp cura, ca să-mi curăţ trupul din temelie, şi am intinerit văzând cu ochii. Am culoare sănătoasă şi gust de vieaţă.

Toate acestea le datoresc d-tale, onorate d-le Kuhne, şi-ţi rămân mereu dator.

Lipsca. Cu toată stima.
F. E.

No. 49. *Piatră la beşică, aprindere de rinichi, emoroizi, idropică.* — Sunt câţiva ani de când m'am îmbolnăvit rău de rinichi, încuere, nesomn şi sufeream cele mai grozave dureri.

Trei ani mai târziu a trebuit să intru la spital bolnav, şi neputând lucrà.

Diagnoza era: *aprindere la rinichi, piatră la beşică, emoroizi* şi început de *idropică.* M'au căutat cu felurite medicamente, dar fără de folos. De cum am început cura d-voastre, starea mi s'a îmbunătăţit şi cine mă vede azi, nici nu-şi închipue boala mea dinainte. Eram aproape de mormînt, şi numai mulţămită d-tale sunt azi sănătos, pentru care îţi mulţumesc în public.

Lipsca. G. H.

No. 50. *Dureri de dinţi, striviri, frigurile climei.* — Onorate d-le Kuhne ! Am prilej să încerc sfaturile d-

tale date prin scrisoare, asupra mea şi altora. La frigurile climei de acì şi la dureri de măsele, mi-au fost de mare folos, băile locale cu aburi şi băile răcoritoare de trunchiu, tot asemenea la o lovitură a mânei stângi. Băile mi-au luat orice durere. Şi pe mulţi Hotentoţi i-am vindecat adesea. La direcţia misionarilor s'a regulat ca misionarii să înveţe la d-ta, înainte de a plecà încoace.

Nădăjduesc, că atunci voiu puteà să vă scriu mai multe vindecări fericite. Vă salut cu cea mai mare mulţumire.

Warmbad, cap. Africa. Credinciosul d-tale ucenic.
C. W. Missionar.

No. 51. *Buboiu, nesomn.* — D-l S., din Halle, la S., îmi scrie: In Aprilie, mi s'a făcut un buboiu la ceafă. Simţeam oboseală. La început nu băgam în seamă. Starea mea generală nu erà îmbucurătoare. Nu prea îmi erà foame; eram somnoros şi aveam dureri de şale. Pe încetul, buboiul ajunse cât un ou de găină; durerile crescuseră, nu mai puteam dormì, nici mâncà. Incepui să am friguri puternice. Acuma abià mă gândii să mă caut. Am început să fac băi locale, pentru care mi-a fost foarte îndemânatec, *aparatul de aburi al lui Kuhne.* Le făceam atât de des, cât cereau durerile. Cu astea şi cu băile de trunchiu şi de şezut cu frecături, mă uşuram. In timpul băilor, ca să nu se frece şi să curgă necurăţenie, acopeream partea bolnavă cu o pân ză curată, peste care puneam o bucată de flanelă. La început, buboiul erà foarte vârtos. Durerile veneau mereu. patru-cinci zile se făcură din loc în loc deschideri cât gămălia de ac, s'au înmulţit până la 20. Din deschideri eşià sânge cu apă.

Buboiul erà foarte tare şi roş. După alte 4 zile, găurile s'au mărit; din ele curgeà mult puroiu. Apoi, dintr'odată a căzut toată coaja de peste tot buboiul şi a rămas o gaură din care curgeà puroiu şi sânge. M'am liniştit, durerile au dispărut şi în scurt timp m'am vindecat. Am simţit că mi s'a uşurat trupul şi am căpătat o putere nouă de muncă.

No. 52. *Slăbiciune la cugetare, grăsime, boală de plămâni, nervozitate, surzenie, boală de gât; friguri tari.* — Prea onorate d-le Kuhne! Trebue să fii prea învăţat ca să nu înţelegi că de 2×2 fac 4, căci cum e de simplă această socoteală tot aşà de simplu îmi pare mie metoda d-tale de vindecare.

Inainte, afară de plimbarea zilnică, nu puteam suferì cele mai mici treburi fără să mă ostenesc, mă feream de orice lucrare. Când umblam, ţineam gura deschisă, azi mă răsuflu bine cu gura închisă. De ani eram surd de urechea stângă; azi aud cel puţin tic-tacul ceasului de buzunar, sunetul roatelor şi vorbirea tare.

Materiile fermentătoare din trup se urcaseră la cap, căci acesta mă dureà adesea, pe urmă m'am îmbolnăvit şi m'au căutat doctorii şi profesorii fără să-mi ajute. Azi, de luni, nu mai simt nici o nelinişte la gât. Spunând adevărul, mă ameninţà să mi se înmoae creerul. De când cu cura d-tale, au contenit semnele cele grozave, ca : *slăbiciune mare la cugetare, nervozitate de necrezut de mare, furie şi dezinteres* de cele mai de seamă lucruri. Pentru mine nimic pe lume, (numai bărbatul meu ştià asta), n'aşi fi vorbit cuiva de boala mea. Ştiam că nu-mi puteà ajutà nimeni. Mi-a căzut însă hohotul depe ochi, mă simt ca din nou născută.

De câteva luni, metoda d-tale m'a scăpat din grozave chinuri. Am luat cu mine o fată la ţară, care-mi povestì plângând că nu mai poate. Picioarele îi erau umflate, nici ciorapi nici ghetele nu-i veneau; *dureri de cap şi friguri,* o ţineau că nu se puteà mişcà. Ca s'o duc la Petersburg, nici vorbă; am pus-o într'un pat cu perine. După mai multe băi zdravene de trunchiu, după orânduiala d-tale, ca să asude, s'a uşurat ! I-am făcut tot aşà încă odată, în aceeaş zi, a doua zi, de două ori; a treia zi n'a mai voit şi s'a făcut fata sănătoasă, ca un peşte în apă !

St.-Petersburg. D-na Aug. E.

No. 53. *Dureri de cap.* — Mult onorate d-le Kuhne ! La plecarea mea din Lipsca voiam să-ţi trimit cele mai adânci mulţumiri, pentru îngrijirea ce mi-ai dat. Numai, mulţămită lucrărei băilor d-tale, datoresc vindecarea *durerei mele de cap,* pe care sufeream de ani, de zile, şi ajunsese nesuferită. Am să le urmez toată vieaţa. D-ta ai lucrat de mulţi ani pentru folosul omenirei care sufere.

Rămân al d-tale cu mare stimă, M. W. Wes.

No. 54. *Catar la gâtlej, erupţie la faţă.* — Mărturisesc prin aceasta, d-lui Louis Kuhne, că, prin întrebuinţarea băilor sale, şi cu o dietă anumită, m'am vindecat de tot de un catar foarte rău şi de o erupţie la faţă.

Lipsca. Emil. P.

No. 55. *Crampe epileptice, cazuri de leşin, anemie.*

Mult onorate domn,

Aduc mulţumirea mea, pentru folosul ce a avut fiica mea dela descoperirea d-tale.

Ceeace doctori şi medicamente, cu cheltuială de bani mulţi, n'au fost în stare să facă, a făcut apa rece, un product natural. Dă-mi voie, onorate d-le Kuhne, boala fiicei mele s'o povestesc în câteva rânduri.

Când a arătat cele dintâiu semne de boală, abiă de 9 ani, dar am luat puţin în seamă acest lucru. Aveă *leşinuri* slabe, când au început a fi mai dese, am adus pe cel mai bun doctor. Acesta ne-a spus că bolnava e *slabă de nervi şi anemie.*

I-a dat prafuri şi medicamente, după care, în loc să-i fie mai bine, i-a fost mai rău. Am întrebat mai mulţi doctori, dar toţi au dat aceleaşi medicamente.

La urmă, un doctor ne-a spus că boala nu se poate vindecă. Le-am aruncat pe toate, afară de bromură. Mai credeam că bromura e singurul leac pentru îndreptarea răului. Până ce ne-ai luminat d-ta despre aceasta. Azi i-a trecut boala. Eu şi familia mea, te onorăm ca pe binefăcătorul şi mântuitorul nostru, dă-ne voie să vă mulţumim adânc.

Cablonz (Boemia). A d-tale, F. H.

No. 56. *Răceală, friguri.* — Prea onorate d-le Kuhne! Mărturisesc, prin publicitate, că nu pot să vă mulţămesc îndeajuns pentru serviciul ce mi-aţi adus mie şi mamei. Sufeream de *friguri* şi *răceală.* Am cercat metoda d-tale de vindecare la trupul meu. Am căpătat prin ea rezultate minunate. Sunt încredinţat că viitorul e al metodei d-tale de vindecare.

Hamburg. Cu înaltă stimă, dr. phil. Chr. R. W.

No. 57. Prea onorate d-le Kuhne! Sunt dator să-ţi aduc cele mai adânci mulţămiri. Am încercat binecuvântata d-tale metodă de vindecare.

De opt ori m'au operat la picior doctorii, întâiu mi-au tăiat degetul şi pe urmă laba întreagă a piciorului, încât trebue să umblu în cârje.

Dar, după toate aceste operaţii, piciorul nu se vindecase. S'a făcut, tot la aceasta, o umflătură cât un ou de găină şi mă temeam iar de o operaţie.

Aflând de metoda d-tale de vindecare pe la începutul lui Martie, v'am cerut sfatul şi după 4 săptămâni de căutare cu băile răcoritoare şi cu celelalte regule

orânduite de d-ta, umflătura a pierit şi piciorul n'a avut nevoe de operaţie.

Dacă, la începutul boalei făceam tratamentul d-v., iar fi fost de prisos, şi celelalte operaţii, aşi fi azi cu picioarele întregi!

Vă mulţămesc încă odată pentru ajutorul dat şi rămân al d-voastră, cu stimă,

Reudnitz. Sofia W

No. 58. *Cancer la mitră şi emoragie.* — Mult onorate d-le Kuhne! In Decemvrie nevasta mea a fost greu bolnavă (emoragie), încât a trebuit, noaptea la ora 11, s'aduc pe d-l dr. K. Sângele s'a oprit cu vată, dar ziua următoare începu să curgă şi mai tare, încât trebui să chem alt doctor. D-l D., şi acesta a zis că trebue operaţie. Fiindcă nu vedeam o îmbunătăţire la nevasta mea. M'am adresat la prof. dr. St. şi acesta o cercetă şi zise că trebue numai de cât operaţie, căci altfel nu-i leac; are *cancer la mitră.* L'am mai întrebat de nu-i chip fără de operaţie. A zis că, fără de aceasta, nu-i scăpare.

Atunci am venit la d-ta. Ai orânduit băi de trunchiu şi de şezut cu frecături şi dietă la mâncare. Din acest timp, de când nevastă-mea ţine dieta d-tale, a început să-i fie mai bine pe fiecare zi. Nevastă-mea poate acum să-şi vază de treburile ei dela 5 ceasuri dimineaţa până seara la 10, fără să obosească, şi n'a fost niciodată atât de sănătoasă ca azi.

Vă mulţumesc din inimă, şi vom propovăduì metoda d-v. tuturor bolnavilor, de oarece, fără de aceasta, nevasta mea n'ar mai fi în vieaţă.

Lipsca. cu cel mai adânc respect

Albert W.

No. 59. *Tuse măgărească.* — Onorate d-le Kuhne! In Februarie, anul acesta, s'a îmbolnăvit copilul meu de tuse măgărească, şi m'am adresat d-voastră prin scrisoare. Din răspunsul d-voastră, am înţeles că să asude copilul la trupul mamei. Am făcut cum ne-aţi zis, folosindu-ne de cartea d-voastră. Mersul a fost următorul: Duminică am observat cum copilul, care de 14 săptămâni, tuşeşte rău; după cum ne-aţi încredinţat, boala a adus-o îngrijorarea lui, o fată care umblă la şcoală, unde erau mulţi copii bolnavi. Am depărtat fata. Copilul, pe care îl lăptează mama sa, şi-i scăldat de două ori pe zi, la temperatura de 25° R; i-am

făcut chiar după masă o bae de trunchiu de 22° R, care a putut fi numai scurtă, ca să nu ţipe prea mult. Dar a avut efect, l-a scos afară. A treia zi, tusea nu mai eră aspră. Am primit scrisoarea d-voastră. Nevasta a luat copilul la piept, unde a asudat bine. In 12 zile tusea a trecut de tot. Acì pot să adeveresc că tot ce a-ţi scris în cartea d-voastră despre tusea măgărească, e drept.

Vă mulţumesc încă odată, eu şi iubita mea soţie căci; după D-zeu, d-ta ne-ai ajutat să vindecăm copilul atât de repede.

Harzburg. Cu stimă
E. K. şi nevasta-sa

No. 60. *Neurastenie, nevraligie, epilepsie.* — D-lui Louis Kuhne. Numai mulţămită metodei d-tale de vindecare, datoresc scăparea mea de *neurastenie, nevralgie şi epilepsie.* După ce m'am căutat mult timp cu doi doctori vestiţi din Dresda şi m'au socotit că nu pot fi vindecat, starea sănătăţei mele eră aşà că, 1/4 de an am suferit (după diagnoză: de *epilepsie gravis).* M'au liberat din armată după mai multe stăruinţi.

Dresda. Cu stimă,
Hans B.

No. 61. *Greutate de auz, dureri la spate, tusă; caz de înăbuşire.* — Onorate d-le Kuhne ! Fiindcă, din timp în timp, doriţi dela noi veste, am să vă arăt următoarele :

Zilnic vorbim de d-ta, şi zilnic mulţămim lui Dumnezeu, că băiatul nostru, prin descoperirea d-tale, s'a vindecat de greutatea lui de auz, ce-o aveà de un an şi ½. De câteva săptămâni e deplin vindecat. Acesta e cel mai însemnat lucru, ce-l putem numără până acum, dar şi ghindurile din gât scad. Totodată tânărul s'a schimbat; e mai vesel, şi mai curajos, s'amestecă în vorbă cu alţi copii, cântă tare şi poate strigà, pe când înainte îi eră glasul înfundat şi astupàt. *Tusă* cu *înăbuşire* n'a mai venit; zilnic vedem cum copilul se desvoltă trupeşte şi sufleteşte; zilnic îţi aducem laude. Vă vorbesc în numele soţului meu. Cât de adânc şi din suflet mulţămitori îţi suntem, d-le Kuhne !

Cât mă priveşte pe mine, mă simt mult mai veselă şi mai neobosită, de cum am fost de ani de zile şi simt adevăratele bine-faceri, că nu mai am grozavele du-

reri la spate. Un mijloc atât de simplu, cu băile de sezut cu frecătrui a putut să le depărteze.

Cu tot devotamentul
D-na Pastor M. în P.

No. 62. *Emoragia mitrei.* — Onorate ! D-na Florica Sachelarie, românca, sufereà de emoragii mari de 4 săptămâni. S'a căutat după metoda d-voastră, 2 băi de trunchiu pe săptămână; o bae de aburi, zilnic 2—3 băi de şezut cu frecături, dietă naturală. După 6 zile s'a simţit mai bine, iar după 15 zile s'a vindecat. Cele mai din inimă mulţămiri, în numele femeilor cari sufăr. Din parte-mi, închinăciuni.

Z. (Transilvania-Ungaria). Cu stimă
Teodor D., preot gr.-cat.

No. 63. *Dureri grele de nervi, neurastenie, slăbire de judecată.* — De mulţi ani erà nevasta mea bolnavă de nervi foarte rău. In timpul din urmă, i s'a înrăutăţit starea atât de mult, încât a fost nevoe de o cură. Nu rămăsese nimic neîncercat din metodele naturale de până acum; dar cel mult aveà alinare, de îndreptare nici vorbă. Incercase şi cura cu magnetism. Chiar şi cura d-lui Louis Kuhne nu da la început, nici o îndreptare însemnată; ba chiar părea că merge mai rău. După 7 săptămâni se făcu o schimbare. Urmă criza; după asta criza ţinu timp de mai multe luni, de cari o să-mi aduc multă vreme aminte. Silinţele trupului de a se vindecà, sprijinite foarte cu tărie de băile de şezut ale lui Kuhne, am avut, după 11 luni de băi zilnic, făcute cu stăruinţă, cele mai strălucite urmări. Mai înainte femeea mea erà veşnic neliniştită, *memoria şi puterea de a judecà,* îi scăzuseră, în urma tratamentului însă, şi le-a căpătat cum le aveà înainte; puterea şi vioiciunea care-i lipseau de atâţia ani, i-au venit iarăşi. Lucrarea minţei îi face acuma plăcere, pe când înainte îi cerea mare încordare. O schimbare foarte minunată i s'a întâmplat, atât sufleteşte, cât şi trupeşte. In cea dintâiu jumătate de an, de cură, nu puteà să facă o plimbare de 4 kilometri, fără să se odihnească de mai multe ori. După a zecea lună, puteà să se plimbe zilnic peste 20 de kilometri, fără să simţă nevoe de a se odihni măcar o singură dată, ori măcar de a sta locului. La aceste schimbări minunate, au luat parte toate organele trupului deopotrivă ; cu un cuvânt, ajunse cu totul alt om. Inainte erà ades descurajată de vieaţă; acum e totdeauna mulţumită.

Inainte lui Dumnezeu, și pe urmă și d-tale, d-le Kuhne, îți mulțumesc pentru sfaturile date. Să dea D-zeu să mai poți încă multă vreme lucrà pentru binele omenirei și să găsești în fiecare vindecat un părtaș al metodei d-tale, atât de simplă, dar atât de adevărată.

Berlin. C. Sch.

N. 64. *Dureri de cap, dureri de ochi, anemie, boală de nervi, scrântitură, slăbiciune generală, respirație grea.— Mulțămire,*

In tinerețe sufeream mereu de *dureri de cap* cari le simțeam mai ales în școală; mai târziu ajunseseră tot mai tari.

Pe lângă asta, când eram de vreo 15 ani, mi-am scrântit piciorul foarte rău și nu-l mai puteau vindecà doctorii.

Vreme de cinci ani nu mai puteam umblà și sufeream cele mai mari dureri.

Durerile de cap crescuseră în vremea asta și eram bolnav de nervi și de anemie. M'am dus în spital, de unde am ieșit peste scurtă vreme tot nevindecat. Eram tot mai rău, tâmpit cu totul, nedestoinic a face ceva și starea mea sufletească erà așà că toți din jurul meu se îngrijorà, în vremea asta, aveam arsuri, *greutate în respirație, friguri neîntrerupte,* și aproape să orbesc.

In această stare desnădăjduită, din care nimeni nu știuse să mă mântue, venii în Septemvrie anul trecut la d-l *Louis Kuhne în stabilimentul de vindecare fără medicamente și fără de operații.*

După cea întâiu bae ce am făcut, simții ușurare și îmbunătățire, după care urmând cu băile mai departe și cu dieta tot mai mult se îmbunătățeà, așà că, după câteva săptămâni, nu se mai puteà asemănà starea mea cu cea de mai înainte. Acum, după cinci luni de cură, puterea mea de a vedeà foarte mărită și starea generală, atât de îmbunătățită, că mă simt fericit și nu știu cum să mulțumesc mai mult mântuitorului meu.

Pot să văd bine, pot să caut de casă, mă simt în stare de a lucrà, și piciorul mi s'a îmbunătățit atâta, că pot umblà fără greutate, scurt, mă simt ca schimbată și toate astea le datoresc numai metodei de vindecare simplă, pe care a întrebuințat-o toată familia mea și pretutindeni cu acelaș succes.

De s'ar folosì numai orice bolnav de dânsa!

Lipsca. D-na Marie B.

No. 65. *Reumatism articular.* — Onorate d-le Kuhne! Simțim o datorie adâncă, mă onorez, a vă aduce, d-le

Kuhne, cele mai adânci mulţămiri pentru sfaturile ce miaţi dat la boala mea. Suferind din Maiu, anul trecut, de reumatism articular (la încheeturi), m'am îmbolnăvit, făcând o cură la Teplitz, din nou şi mai greu în Noembrie al aceluiaş an. Nu aveam nădejde de vindecare, doctorul îşi isprăvise toate mijloacele; nu-l puteam vedeà cu săptămânile şi mă trimeteà să stau mai mult timp în ţările calde ca singur mijloc de vindecare. Atunci, nevastămea, în nevoia ei, s'a adresat d-voastră.

D-voastră aţi avut bunătate a ne da sfat prin scrisoare; dar din pricina slăbiciunei, nu puteam urmà dieta deplin. Abià la începutul lui Februarie am început băile, după ce simţii oarecare îmbunătăţire. Lucrarea s'a simţit repede, şi, după a treia baie, s'a arătat fenomenele boalei, aşà că dacă n'aş fi fost pregătit prin cartea d-tale, m'aşi fi speriat. Cu toate astea, tot m'a prins oarecare grijă, dar, cât de mare mi-a fost bucuria, când, după baia a patra, am simţit o împuţinare de înţepături la încheeturi. Udul erà cafeniu închis şi cu toate durerile ce simţeam, aveam deplină încredere, că am găsit un mijloc care loveşte boala la rădăcină. Aşà a şi fost. In acelaşi chip cum boala prinsese încheeturile şi muşchii, tot aşà dispăreà, scoţând dureri şi aprinderi din trup. Peste 14 zile puteam să-mi văd de treburi. Martie cu ploile reci şi vânturile lui; nu mi-a putut face nimic şi de atunci mă simt sănătos şi vesel. De acì înainte cura d-tale are un musafir mai puţin, dar un ucenic şi preţuitor mai mult.

Cu nădejde şi cu dorinţa cea mai mare, ca metoda dtale de vindecare să prindă tot mai mult şi s'aducă omenirea dela civilizaţia superficială, îndărăt la natură, cu cea mai mare mulţămire.

Cu stimă,
Julius Sp. K. K. învăţător.

No. 66. *Dureri de stomach, lipsă de poftă de mâncare, ameţeală, viţiu la inimă, emoragii, boală de plămâni, slăbiciune generală.*

Mulţămire publică,

Soţia subscrisului, în vârstă de 61 de ani, sufereà de un şir de ani, dar mai ales din 1890, *de ameţeli* când umblà, aveà *dureri în partea stomacului, lipsă de poftă de mâncare şi slăbiciune generală.*

La Universitatea regească de acì, unde am dus-o pe nevastă în 1890, s'a constatat că are *boală cronică de stomach şi de nervi* şi i s'a dat tot felul de medicamente pen-

tru aceasta, dar starea ei, în loc de a se face mai bună, erà tot mai rea.

Când erà să-i mai facă injecţii cu limfa lui Koch, pe lângă celelalte tratamente, cari ţinuseră până în Decembrie 1890, i-am oprit.

In Februarie 1891, nevasta erà rău de tot. Ameţelile se înmulţiseră de îngrijit, şi slăbiciunea organelor de mistuire crescuse aşà, încât a trebuit să stea aproape 6 săptămâni în pat.

Doctorul H. i-a dat curăţenii, a spus că boala e un viţiu la inimă şi nu se poate vindecà şi nici nu mai venì.

In Aprilie 1891, *durerile de stomach,* se înrăiseră într'atâta, încât nu mai sufereà nimic, ci vărsà tot. In vremea asta, *răsuflà greu* şi aveà *dureri de piept,* şi tot trupul se vedeà prăpădit.

Am căutat-o şi cu hemeopaţii. Dar şi aceştia au spus că boala nevestei nu se mai poate vindecà. Nici o îmbunătăţire nu se vedeà de nicăeri.

In sfârşit, pentru fericirea nevestei mele, care erà pe moarte, am venit la *stabilimentul d-lui Louis Kuhne, fără medicamente şi fără operaţii, în Lipsca.*

Acolo, i-au dat dietă potrività şi băi de şezut cu frecături potrivite stărei ei, pe cari le făceà de două ori pe zi, după orânduirea d-voastră specială.

Peste opt zile de tratament, se făcu o îmbunătăţire obştească. Mistuirea erà tot mai normală şi după câteva săptămâni, încetară şi durerile. *Ameţelile, greutatea respiraţiei,* şi celelalte răutăţi, le pierduse cu totul, şi puterile trupeşti se măreau din zi în zi, cu tot regimul vegetarian, încât, nevasta se simte mai veselă şi mai sănătoasă, decât înainte, şi toţi cei ce o văd atât de bine, rămân uimiţi. De minunat e că şi puterea sufletească i s'a îmbunătăţit prin această cură, faţă cu ce erà înainte, şi în timpul boalei. Ceeace doctorii din Lipsca n'au putut face în doi ani s'a făcut în *stabilimentul d-lui Kuhne,* aproape în 8 săptămâni.

Se înţelege dela sine că noi vom rămâne toată vieaţa recunoscători d-lui Kuhne ,şi ii dorim bine-cuvântarea lui Dumnezeu, pentru fapta sa binefăcătoare omenirei. E un doctor, care cu adevărat *vindecă şi ajută.*

Lipsca. Gustav B.

No. 67. *Boală de ochi netămăduită, dureri de cap nervoase, catar cronic, catar de băşică, dureri în spate, şi în coaste.* — Onorate d-le Kuhne ! Impins de cel mai adânc simţ de mulţumire, nu mă pot oprì de a vă face cu-

noscut amănunţit mersul grabnicei *vindecări a suferinţelor mele grele,* ca să faceţi întrebuinţarea ce veţi crede.

Din copilărie sufeream de aprinderi la ochi, care-mi rămăsese dela vărsat. Zadarnic m'am căutat cu doctorii, boala a fost o vreme înăbuşită cu medicamente, dar venea din nou peste scurt timp şi încă mai cu putere. In zadar a fost calomelul, argintul viu şi apa de zinc, aprinderea nu se potoleă. Intr'un lung şir de ani, am consultat aproape zece doctori fără de folos.

In vremea asta, durerea mea de ochi erà tot mai rea, căpătasem aprindere de ochi cronică şi starea mea erà de plâns. Nădăjduind vindecare, m'am dus la o clinică de ochi din Viena, unde m'au căutat 6 luni cu sare de bor, piatra iadului, sublimat, iodoform, dar fără de folos. La ochiul drept mi se făcură 3 operaţii, din care pricină trebuiă să rabd cele mai nesuferite dureri.

In vremea asta, starea mea erà tot mai rea şi mai rea. Şi doctorii, în sfârşit, au văzut că nu-mi mai pot ajutà nimic, m'au părăsit şi eram lăsat pradă orbirei, dacă n'aş fi întrebuinţat metoda d-tale, cărui datoresc vindecarea după 6 luni de ţinere aspră a sfaturilor d-tale (dietă neaţâţătoare şi băi răcoritoare).

In vremea curei mi se îmbunătăţi nu numai durerea de ochi, din săptămână în săptămână, dar prin ea am scăpat de durerile de cap, de cari sufeream de trei ani. Pe urmă m'am vindecat de *catarul de gât* şi de *slăbiciunea de băşică,* care-mi rămăsese pe urma unui tratament medical, al unui catar de beşică, precum şi de *dureri în spate şi într'o coastă,* rămase dela un junghiu. Mai ales starea mea generală e cât se poate de bună. Mă simt, de când cu metoda d-tale, mai bine ca oricând.

Doresc ca mulţi bolnavi să întrebuinţeze metoda d-tale, care e singură adevărată pentru toate boalele pentru ca să se adeverească pentru toată omenirea.

S., în Transilvania. Cu toată stima
Eugen R.

No. 68. *Aprindere de plămâni, difterie.* — Prea onorate d-le Kuhne. Nu pot să vă arăt toată mulţumirea din inimă şi cu deplină recunoştinţă pentru lucrarea minunată, întâiu la boala fetei mele de 9 ani.

După ce doctorul meu de casă a căutat-o fără de folos, 2 luni şi a spus că-i o aprindere de plămâni, a trebuit, eu şi nevasta, să ne aşteptăm la o nenorocire, şi nu credeam că fetiţa mea va mai fi sănătoasă. In această nevoe mă gândii la d-voastră.

V'am rugat printr'o scrisoare să veniți la mine și mi-ați spus: „Dacă ai încredere în mine și nu mai urmezi tratamentul doctorilor, copila se va face în scurtă vreme sănătoasă, bine înțeles, dacă vei urmà întocmai sfaturile mele". Eu și nevasta am făgăduit și ne-am ținut. Urmarea a fost atât de uimitoare, că, chiar în dimineața următoare s'a văzut o îmbunătățire și încă și mai mult, în ziua a doua și mai departe în fiecare zi. In ziua a opta am putut zice : copilul nostru a scăpat ! Azi e deplin sănătoasă, se plimbă și râde. Sunt deplin încredințat că dacă nu erai d-ta, copila mea ar fi în pământ.

In acelaș timp, sosì în familia mea un mosafir vechiu, cu care luptăm de 14 ani, înfricoșata *difterie,* pe care au avut-o ceilalți cinci copii ai mei. Mărturisesc, prin prețioasa d-tale metodă, la toți cei cinci copii boala s'a vindecat, de aceea nu lipsesc a vă mulțămì încă odată și vă rog a întrebuința cele spuse, cum voiți.

Lipsca. Mulțămitor, Carol I.

No. 69. *Catar cronic de stomach și de mațe, nervozitate, slăbire de judecată, gânduri de sinucidere.* — Onorate d-le Kuhne. Sunt în stare să vă aduc vești bune. De pe descrierea boalei dinainte de cură, ai cunoscut starea mea.

Suferința erà foarte grea. Nervii mei suferiseră grozav, din pricina unei hrăniri proaste. E limpede că nu mă puteam îndreptà în câteva săptămâni, ori în câteva luni.

Văd că judecata mi s'a întărit și că sunt din nou cu gust de vieață. La sinucidere nici nu mai gândesc, și nu mai sufăr de dureri de cap. Aceasta din urmă a dispărut lesne. Am urmat sfatul d-tale și dorm iarna și vara cu fereastra deschisă, lucru ce-mi face mult bine.

Vedeți că metoda d-voastră mi-a adus îndatoriri mari. Doresc din suflet, ca *mulți asemenea bolnavi să viziteze stabilimentul d-tale.* Pot spune cu hotărîre că așì fi căutat mult timp fără a găsì ceeace am găsit în întrebuințarea metodei d-tale în jumătate de an.

Dorind institutului d-tale și pe viitor cele mai bune reușite.

H. i. Moravia. Hugo B.
Impărătesc și regesc postaș.

No. 70. *Oprirea perioadei.* — Onorate d-le Kuhne! Vă este cred, cunoscut că v'am scris încă din toamna anului trecut. Nevasta mea, dela începutul lui August al acelui an și-a *pierdut perioada.* Temându-mă să nu fie vreo

primejdie pentru dânsa, v'am scris la 10 Octombrie, cerându-vă preţiosul d-v. sfat şi mi-aţi scris să fiu liniştit că va venì. Cele spuse s'au întâmplat, după întrebuinţarea curei d-v., a venit la 14 Martie 1894, după ce lipsise 9 luni.

Asta-i urmarea minunată a metodei d-tale de vindecare şi e ceva rar până azi, drept care am crezut să vă înştiinţez.

Hiel. Cu înaltă stimă,
H. H.

No. 71. *Tusă măgărească.* — După ce am făcut tratamentul d-voastră copiilor mei, cari s'au fost îmbolnăvit de această boală grozavă, *tusa măgărească,* am reuşit să capăt rezultatele minunate, aşà că în 8 zile, toţi trei s'au vindecat, mă simt dator, să-ţi aduc mulţămirile mele şi pe această cale, dorind să fie numai metoda d-tale şi în alte cazuri, tot atât de preţioasă, lucru de care nu mă îndoesc. Doresc ca bunătatea acestei metode de vindecare, să fie tot mai mult cunoscută.

Lipsca. D-na Tereze B.

No. 72. *Slăbiciune generală, lipsă de poftă de mâncare.* — Onorate d-le Kuhne ! Cu mare bucurie pot să vă împărtăşesc vestea plăcută, că, prin cura d-tale *cunoscută* prin *scrisoare,* am căpătat, la fiica mea, cele mai frumoase rezultate. După întrebuinţarea a câteva băi de trunchiu, am simţit îmbunătăţire. *Oboseala* a lăsat-o şi are poftă de mâncare, încuerea s'a înlăturat şi *coloarea galbenă a feţei,* de când cu întrebuinţarea curei, încet-încet, s'a făcut mai roşie.

Kleinfalke. Cu toată stima
F. B.

No. 73. *Reumatism, boală de ficat, emoroizi.* — Onorate d-le Kuhne ! Sunt aproape 4 ani de când m'am însănătoşit prin cura d-tale, de atunci n'am nimic, îmi par mie şi par tuturora celor ce m'au cunoscut şi cu cari trăesc acuma o minune. Ştii în ce stare rea am venit la d-ta.

Niciodată n'am fost deplin sănătos, *reumatism, răceală, şi alte boli,* de tot felul, se urmau necontenit, timp de 10 ani, cât m'am căutat cu alopaţi şi omeopaţi pentru *emoroizi şi boală de ficat.* In urmă am consultat şi pe un profesor mare dela Universitatea din Bonn. Ajunsesem de credeam că-s pe ducă. Până când prin cura d-t-ale minunată m'au lăsat şi alte boli. După cum ţi-am spus, eu şi familia îţi rămânem recunoscători, aşà că scrisoarea mea are de scop a vă rugà, în interesul altor bolnavi, căci sunt

atâți, să dați aceste rânduri publicității. Aș puteà să mărturisesc încă mult, ce folos am avut dela băile d-tale și dela hrana naturală în familia mea, și în alte prilejuri, dar ar fi prea lung. Sunt în vieață de 51 de ani, într'un oraș cu 150.000 de locuitori, de 16 ani comptabil la societatea evanghelică și am prilej să aflu despre aproapele nostru.

Inchinăciuni din toată inima.

Carmen. Mare recunoscător,
Ernesti.

No. 74. *Boală de stomach și de nervi, încuere.* — Mă simt dator să vă mulțumesc, că m'ați vindecat, fără de medicamente și fără de operație, în 14 zile de suferințele grele, ce aveam de vreo 6 ani : *boală de stomach și de nervi.*

Ce n'au putut face doctorii însemnați și medicamente, ați făcut d-voastră, în cinci zile, anume că am scaune regulate. Inainte trebuià să întrebuințez curățenie.

W. Westpreussen. Z. învățător.

No. 75. *Boală de nervi.* — Onorate d-le Kuhne! E adevărată datorie pentru mine, a vă spune că metoda d-voastră de vindecare e de mare folos. Ea doboară orice știință care întrebuințează otrăvuri, arată prin numeroase pilde cum întrebuințarea acestora, aduce nenorocirea și nimicirea sărmanei omeniri.

Aproape fiecare a făcut experiență în familia sa ori asupră-și. Ar însemnà să fii orb, ca să primejduești de bună voie vieața ta și a celor ce iubești, când natura îți stă in cale. N'ași puteà încheeà aceste rânduri, fără să vă spun din nou ce am spus adeseori tare, că descoperirea d-tale de a vindecà trupul, o cred genială, și că, părerea mea n'o sprijin numai pe rezultatele mele, dar și pe urmările strălucite ce am văzut timp de mai mulți ani la bolnavii din familie. Vă putem numì mântuitorul surorei mele. Prin lucrarea curei d-tale, am vindecat adesea copiii mei și îmi pare că știința d-tale e cea mai prețioasă descoperire ce am făcut cât am stat în Lipsca.

Amintiri pline de recunoștință, voiu aveà în totdeauna oriunde voiu fi și rămân cel mai aprins ucenic al învățăturei dumitale.

Viena. Cu toată stima vă salut,
D-na Olga I., artistă.

No. 76. *Reumatism articular.* — D-lui Louis Kuhne, stabiliment de cură, Lipsca. Dau mărturie că, prin băile d-voastră de abur și prin cele de trunchiu, repetate, m'am

vindecat de *reumatismul articular*. Aşà că, după a doua bae, puteam umblà singură, şi voiu îndemnà pe oricine la asemenea boalà, să facă băile d-tale.

Lipsca. Cu înaltă stimă,
G. G.

No. 77. *Paralizia braţului.* — Fiul meu mai tânăr, August de B., atunci de 12 ani jumătate, se plângeà, în Decembrie 1896, de dureri mari la umărul drept, cari, în scurt timp, ajunseră aşà că nu erà în stare să ridice mâna, şi braţul să-l întrebuinţeze, trebuià să-l poarte în legătoare. Mai multe mijloace întrebuinţate n'au folosit. Din întâmplare am aflat de tratamentul d-lui Kuhne, şi că, a vindecat asemenea cazuri şi hotărâi să-mi încredinţez d-sale copilul.

Am urmat întocmai poveţele d-lui Kuhne.

A trebuit mult timp, şi mai erà să pierdem răbdarea, când se făcu o schimbare în bine la boala copilului. Nu numai paralizia braţului s'a vindecat prin băi şi dietă, dar s'a tămăduit mistuirea leneşă, şi a căpătat poftă de mâncare.

Dresda. D-na locotenent K.

No. 78. *Dureri în burtă, curgere albă.* — Onorate domn! La plecarea me de acì, mă simt silită să vă aduc, d-v., bine-făcător al omenirii, cea mai adâncă mulţumire, pentru vindecarea ce am căpătat prin metoda d-voastră. După ce ani de-alungul am consultat doctorii cei mai buni şi cari mai mult mi-au stricat, decât mi-au ajutat, m'am mântuit fără ei — de boala mea, mulţumită d-tale. Urmările strălucite ce căpătaţi la orice boală, mă vor face să îndemn pe orice bolnav, să se vindece fără doctorii şi fără operaţie.

Incă odată, pentru tratarea bine-voitoare, cele mai adânci mulţumiri.

Lipsca. *Semnez cu înaltă stimă,*
D-na E. I.

No. 79. *Mistuire rea.* — D-lui Louis Kuhne, Lipsca! Vă mulţumesc în numele soţiei mele pentru orânduirea băilor. Sănătatea soţiei mele erà sdruncinată de 4 ani, şi nu găsise ajutor nici la alopaţi, nici la omeopaţi; îşi aşteptà moartea; atunci, desnădăjduiţi, ne-am îndreptat la d-ta. După 5 luni şi ½ de urmare — a tratamentului d-voastră, soţia mea e sănătoasă, cu putere şi deplin întremată. Înainte de a venì la d-ta, cântăreà 104 pfunzi, acum 126.

Rămânem cu adâncă recunoştinţă şi închinare prietenească.

Kirchein N. Z. Al d-voastră Th. W.

No. 80. *Sarcină şi uşurare la naştere.* — D-lui Louis Kuhne, stabiliment naturist, Lipsca. Acì vă comunic nesilit, că prin cura ce mi-aţi dat în scrisoare, am avut foarte bune rezultate. Nevasta mea avusese până acum 4 naşteri, cari au mers foarte greu. La a doua a trebuit cleşte; dar la a treia şi a patra, am întrebuinţat *cura d-voastră.* S'a dovedit că e foarte bună, fiindcă amândouă naşterile au mers foarte lesne, dela sine.

Vă vorbesc în numele nevestei mele, aducând mulţumirile noastre. Lucru, în adevăr, merită mulţumire, căci o naştere rea, e ceva grozav.

München. Salutare prietenească.
Georg. H.

No. 81. *Podagră şi gută.* — Indrăznesc, d-le Kuhne, să v'aduc mulţumiri din inimă pentru tratamentul dat. Suferinţele mele erau aşà de grozave, aproape de când eram în şcoală, încât mai na'şi fi nădăjduit vindecare. Aproape dela vârsta de 12 ani, aveam dureri în părţile cari s'au prefăcut în podagră şi gută. In cursul anilor, starea mi s'a tot înrăit, toţi doctorii, şi doar am consultat mulţi, numi puteau ajută nimic. Mâinile şi picioarele erau la încheeturi noduroase şi întărite, încât nu mai puteam purtà nici mâinile, nici picioarele, şi nu puteam lucrà, nici a mă mişcà. Am stat aşà 1 an şi ½. Lucrul erà cu atât mai greu pentru mine, cu cât nici un doctor nu mă mai puteà ajutà. Trebuià alţii să-mi dea de mâncare şi de băut. Eram neputincios, ca un copil mic, şi erà greu şi pentru cei din jurul meu, fapt care mă dureà mult.

Indată ce, acum 6 luni, am intrat în cura d-tale, mi s'a îmbunătăţit guta, anume picioarele, după 4 săptămâni, le puteam mişcà, lucru ce nu putusem de mult, apoi am putut să mă mişc şi să umblu. Dar şi degetele noduroase şi ţepene dela mâini şi dela picioare, pe fiecare zi, erau tot mai normale şi le puteam mişcà.

Numai cine a cunoscut nenorocirea mea, va puteà înţelege cu câtă recunoştinţă vă scriu aceste rânduri.

Lipsca. Emil W.

No. 82. *Dureri de gât, cronice.* — Mărturisesc, prin aceasta, că m'am vindecat de o durere cronică de gât, prin tratamentul unor specialişti însemnaţi, nu s'a putut vindecà. M'a vindecat însă doctorul naturalist Kuhne. Intrebuinţez de 2 ani băile d-sale şi mă simt foarte întărită, încât pot să dau pe săptămână, fără greutate, 30 de ceasuri de canto.

Lipsca. Clara văduva. Cl., cântăreaţă.

No. 83. *Dureri de cap, leşinuri, dureri de gât.* — Onorate d-le Kuhne ! Având în vedere minunata d-tale cură, de căutare, care m'a scăpat de dureri de cap, leşinuri şi dureri de gât, mă simt datoare să aduc mulţumirile cele mai calde pentru rezultatele bune ce am căpătat. Dorind să puteţi încă lucrà ani mulţi, cu ajutorul lui Dumnezeu, pentru binele omenirii.

No. 84. *Epilepsie.* — Subscrisul, mărturisesc bucuros, că, d-l proprietar de băi, Louis Kuhne din Lipsca, a vindecat de epilepsie un băiat, numit Golle, fost odată şcolarul meu.

Atacurile de epilepsie veneau în urmă de mai multe ori pe zi şi-i căşunau adevărată aiurare. După isprăvirea curei, n'a mai avut nici un atac şi băiatul are o înfăţişare sănătoasă.

Pe lângă asta, mai jos iscâlitul, trebue să spun că, deşi fără voia d-lui Kuhne, că d-sa pentru cura de patru luni nu numai că n'a luat nici o despăgubire, dar a ajutat pe văduva Ida Golle, cu bani, ca să poată îngrijì mai bine de bolnav. Acest lucru îl ştie numai d-na Golle şi subsemnatul.

Cine poate să îngrijească de un bolnav cu atâta dragoste, acela va fi totdeauna un sfătuitor al bolnavilor.

Lipsca. E., învăţător.

No. 85. *Strâmbarea şirei spinărei, boală de nervi.* — Onorate d-le Kuhne ! Cu toată credinţa şi mântuirea vă pot mărturisì cât de fericit sunt cu tratamentul d-voastră şi cu lucrarea acestuia asupra stărei fiului meu, (*strâmbarea şirei spinării),* cât şi asupra boalei mele de nervi.

De mai bine de o jumătate de an ne ţineam de tratamentul d-voastră

N'o să mă sfiesc a spune pretutindeni, unde mă vor întrebà, vă împuternicesc să faceţi cu această mărturie orice întrebuinţare.

Cu cea mai adâncă închinăciune.

Weimar. B. Amiral.

No. 86. *Influenţă, turburările minţei, nelinişte, nesomn.* — Onorate d-le Kuhne ! Vă mulţumesc adânc pentru preţiosul d-voastră ajutor pe care l'aţi adus soţului meu în boala lui grea. Nu voiu încetà de a mărturisì lucrarea minunatei d-voastre cure.

Pe la mijlocul lui Decemvrie 1896, s'a îmbolnăvit soţul meu de influenţă, atât de tare, încât ne temeam de ceva şi mai rău, mai ales creerul erà într'o stare rea.

Cu grijă am văzut, timp de 14 zile, crescând *boala de creer,* legată cu *neliniște.* Bolnavul trebuiă păzit, zi şi noapte şi eram foarte îngrijoraţi.

După ce doctorii au spus că nu se poate face nimic şi să stea liniştit, silită de ai mei, m'am hotărît să încerc lucrarea curei d-tale, dovedită ca minunată şi v'am chemat în ajutor.

Cum cele dintâiu cinci băi aţi avut bunătatea să fiţi singuri la facerea lor, chiar, după întâia s'a liniştit; după a doua, a putut dormì; după ce, timp de 14 zile, nu-i folosise nici un mijloc de adormire. După fiecare bae, judecata îi veneà tot mai mult. Mintea îi erà din ceas în ceas, tot mai limpede. Şi, după patru zile, venì o trezire minunată, ca după un vis.

De atunci, mulţumită lui Dumnezeu, nu s'a arătat nimic rău, în această privinţă.

Deşì înainte eram la îndoială, a trebuit să recunosc că, prin metoda d-voastră, s'a făcut adevărată minune. Nespus de mare grijă din care m'aţi scăpat pe mine, şi pe ai mei, mă îndatorează la cea mai adâncă mulţumire. De asemenea şi soţul meu vă salută, d-le Kuhne, ca pe mântuitorul său, şi, într'o simţire cu mine, vă mulţumesc cu respect.

Rămân a d-voastră salutându-vă cu multă supunere.

Dresda. Clotilde W.

No. 87. *O amputaţie împiedicată prin cura lui Kuhne. (Raport).* — Pe d-l H., proprietar de trăsuri în Einsenberg, l-a fost lovit un cal la genunchiu, foarte rău, cu potcoava. S'a umflat repede. A adus doctor, care l'a căutat câtva timp, dar piciorul erà tot mai rău şi la urmă l'a sfătuit să meargă la clinica din Iena. S'a dus, deşì de durere abiă se ţineà drept. Prof. dr. R. din Iena a găsit că starea e foarte rea şi că trebue amputaţie, dacă vrea să scape cu viaţă; altfel umflătura cangrenoasă se va întinde mai departe. Acest lucru puse pe gânduri pe bolnav care venì la clinica din Lipsca, unde prof. dr. T. spuse că e nevoe de operaţie. In această stare grea, începu d-l H. cura mea. Local nu i-am făcut mai nimic, ci mai mult tratament general. Umflătura bolnavului mergeà aşà de rău, fiindcă cu comprese, şi dietă, s'a mai îmbunătăţit prin ieşiri afară, ud şi asudare. Umflătura mergeà spre bine.. Toată vremea căutării a ţinut 8 săptămâni. D-l H. nu şi-a tăiat piciorul şi sunt azi, de atunci, 4 ani şi nimic nu i-a mai venit. Vindecarea s'a adeverit. A slujit ca martor la judecată şi mulţi cunoscuţi din oraşul d-sale s'au căutat după cura mea.

No. 88. *Ingreunare şi uşurare la naştere.* — Onorate d-le Kuhne! Intorcându-mă din călătorie, pentru bucuria mea, am auzit de jubileul d-tale pentru care te salut din suflet. Tocmai c'un an înainte eram în Lipsca, mort de oboseală şi slăbiciune; nădejdea mea, pe lângă D-zeu, erà numai în d-ta, căci, după ce fusesem în cele mai însemnate băi din lume şi consultasem pe cei mai renumiţi doctori în zadar, după trei săptămâni de cura d-tale, mă simţii atât de bine, încât mă hotărîi s'o ţin înainte.

Iarna, pe cele mai mari răceli, deşi eram însărcinată, luam zilnic două băi; trăiam cumpătată şi spre marea mea bucurie, am avut o naştere uşoară, şi în tot timpul sarcinei n'am simţit nici o indispoziţie. Lucru de minune! La cei doi copii dinainte am avut nevoe de doică, fiindcă nu puteam alăptà, dar la acesta am avut fericirea să alăptez, mai dându-i şi cremă de ovăz. Ii fac zilnic bae de trunchiu, câte cinci minute, fiindcă aveà una dintre punguţi prea mare. Dimineaţa îi fac o bae de 25° şi-l stropeau cu apă rece. Aşi fi dorit să vă arăt copilul, care-i de 9 luni, şi-i plin de carne, nu umflat ca un burete. Toţi cei cari înainte râdeau de cura mea, îmi spun acum că am întinerit cu 10 ani, iar copilul şi eu arătam minunat. Sunt acuma acì la Ziullichau 12 familii cel puţin, cari ţin cura d-tale. Sora mea, care a fost odată cu mine la Lipsca, şi care erà tot ca mine, dar care în această vreme a mâncat multă carne, a avut o facere grea, a trebuit să ia doică, şi-i greu bolnavă.

Tuturor celor cari se îndoesc de cura d-tale, le doresc de departe, să le trimeată Dumnezeu încredere.

Aceste rânduri să vă fie pentru jubileu, dovadă cât de mulţumitoare vă sunt, după Dumnezeu, şi cum vă voiu fi cea mai credincioasă ucenică. Vă salut pe d-voastră şi familia.

Ziullichau. Cl. A.

No. 89. *Boală de ficat, piatră, slăbiciune de nervi, gută la cap, dureri în burtă.* — Onorate d-le Kuhne! De bună seamă vă aduceţi aminte că am fost la stabilimentul d-v. de băi, dela 24 Iunie până la 13 Iulie. Cum ştiţi, sufeream de *ficat şi piatră.* Când am plecat mi se îmbunătăţise starea şi nădăjduiaţi că, ţinând cura, mă voiu îndreptà deplin. După ce am venit acì, m'au apucat dureri mari. Am mai făcut băi, de trunchiu, care mi-au priit. De atunci mi-a mers bine; pot lucrà toată ziua; fără să obosesc, aşà că oamenii se minunează.

Intărit pe izbânda curei d-tale, am sfătuit pe o văduvă

sărmană să facă şi ea cura d-tale. Sufereà de ani de zile de *slăbiciune de nervi, de gută la cap, de dureri la burtă;* şi erà model de boală pentru doctorii de aici. A cetit cartea : „Metoda nouă de vindecare“, şi face zilnic 2—3 băi de şezut. Fiindcă e groasă, în 14 zile s'a mai subţiat şi durerile dela burtă nu le mai are.

Volmarştein. Cu toată stima,
L. S.

No. 90. *Astma, emoroizi, inflamaţie la gât.* — Onorate d-le Kuhne ! La sfârşitul lui Octombrie anul trecut, m'am adresat d-tale prin *scrisoare,* să-mi daţi sfat. Am primit răspuns în Noembrie 3. Vă povestesc pe scurt urmarea curei.

Nevasta mea face zilnic 3 băi de şezut; de 6 luni, câteodată şi mai des, după nevoe. Vrâstând băi de trunchiu cu fricţiuni calde, cu băi de aburi, mănâncă numai pâine de crupe şi mere, mai adaugă legume şi alte mâncări lesne de mistuit. Doarme cu ferestrele deschise, se plimbă la aer curat şi se simte mai bine decât oricând. In lunile întâiu de cură s'au făcut în apropiere de organele sexuale beşici mari, cari, după ce s'au deşertat, s'au umplut iar. S'a făcut şi la pântece o umflătură, din care a curs o materie urâtă. Astma şi emoroizii au încetat. Nevasta mea nu mai simte greutate la mers, şi are cu totul altă înfăţişare. După baia de şezut, tremură tare, de asudat erà greu. Acuma nu mai tremură. Are poftă de mâncare; mistuirea e mai bună, ce mănâncă mistue. Punem mare încredere pe cură şi sunt încredinţat că lucrează încet, dar bine. Toate bolile dinainte s'arată iar, dar mai slabe.

La aprinderea de gât rea a copilului meu de 3 ani, i-am făcut băi de şezut şi am avut reuşită minunată. Pot să mărturisesc că-i bună metoda d-tale.

Hermsdorf. Cu înaltă stimă, adânc recunoscător
P. S., învăţător.

No. 91. *Reumatism, umflătură de picior.* — Onorate d-le Kuhne! Nu pot să mă opresc de a vă aduce mulţumire pentru vindecarea grozavei boale. Băile d-tale de şezut, atât de simple, m'au vindecat, în trei luni, de suferinţele mele grele. Sufeream de mult de reumatism la mâini şi la picioare.

Oasele la mâini erau aşà de scoase, încât mâinile îmi erau schiloade, şi nu puteam prinde nimic cu ele. Aveam aşà dureri, că nu mai ştiam ce să fac. Picioarele erau aşà de umflate, că abià mai eram în stare să urc trepte. Vă mulţumesc pentru grabnica vindecare, şi doresc fiecă-

rui bolnav, care sufere de aşà boală, să vie la d-ta; cura d-tale e simplă şi ieftină.

Lipsca. D-na Th.

No. 92. *Umflătură la mitră, curgere albă (Raport).* — Intr'o zi veni la mine d-na H. din M., în ceasul de consultaţie şi-mi împărtăşi următoarele: Nepoata ei făcuse la mine, în Februarie, o cură, care avusese mare succes, şi n'a lăsat-o până să nu facă şi ea o asemenea cură: „Sunt, — zise d-na H. — bolnavă de mai mulţi ani de burtă şi mă caut fără folos. Doctorul îmi spune că am o *umflătură (chist) la mitră,* care creşte încet, dar mereu. In curând va trebui o operaţie. Eu singură mă simţeam atât de rău, că i-am spus că n'o să pot suferi operaţia. Dacă e vorba să mor, voiu muri şi fără operaţie, căci pentru asta mă simt prea slabă. Puţin încrezătoare, am început cura d-tale, cum m'a povăţuit nepoata mea. Scaunul, neregulat de ani, s'a regulat minunat, la ziua a doua a curei, aşà că aveam mai multe scaune regulate pe zi, decât înainte. Udul erà de două-trei ori mai mult ca înainte, simţeam cum materiile bolnave se tot depărtau zilnic din trupul meu; burta scădeà pe fiecare săptămână şi se făceà normală. In fiecare noapte asudam, ceeace nu mi se întâmplase niciodată înainte, şi, din zi în zi, mă simţeam mai bine şi mai în putere. Lucru de mirat, că după fiecare bae, aveam o curgere albă, lucru ce nu erà înainte. Asemenea lucru s'a întâmplat zilnic de două ori, timp de patru săptămâni. Intr'o zi mi s'a întâmplat o cădere a mitrei. Doctorul, chemat, a spus că nu-i cădere, ci o crescătură din mitră, în forma unei cane de cafea, grea de 4½ pfunzi[1]), care a ieşit din mitră, măcar că erà legată tare de asta cu două legături, crescătura, la urmă, s'a desprins; băile de şezut şi dieta, urmate însă vreo câtva timp, mi-au făcut bine.

No. 93. *Schiopătare din pricina piciorului prea scurt, aprindere cronică de încheieturi; melancolie.* — D-na H. scrie cele ce urmează, în scrisoarea de mulţumire pentru vindecarea fiicei sale :

Fiică-mea Eliza, în vârstă de 4½ ani, a căpătat în Octombrie 1899, reumatism articular, care l-am căutat cu doctori, fără de folos trainic. La începutul lui Februarie 1900, piciorul bolnav i s'a făcut mai scurt decât celălalt. De mult timp copila nu mai puteà umblà. Trei săptămâni i l-au ţinut în ghips şi patru a stat în pat, fără folos. Copila aveà şi mai mari dureri. Altă cură la prof. Sch., acì,

1) Un phund = ½ kilogram

unde copila trebuiă să stea neclintită, şi a căpătat o mâncărime, pe care n'a putut-o suferi, deci nu s'a folosit cu nimic. La urmă am dus copila la spital, unde a stat iar trei săptămâni, fără să cunoască nimic. La şoldul, care erà încă moale, s'a învârtoşat şi înţepenit, după acest tratament. Piciorul a rămas tot mai scurt, şi de mers nici vorbă de vindecare; înainte de căutare, puteà cel puţin să stea în picioare, lucru ce acuma îi erà cu neputinţă. In această stare, am adus-o pe Eliza în căutarea d-tale. Am urmat cura şi, spre nespusa mea bucurie, după trei băi, fata nu mai erà melancolică şi sta în picioare. După trei zile, spre uimirea mea, puteà umblà, şi în 14 zile urcà treptele dela casă singură; muşchii şi încheieturile se muiaseră ca înainte de inflamaţie. Şi după patru săptămâni de căutare, se vedeà cu ochii cum piciorul mai scurt se lungise. Azi, după trei luni, sunt amândouă picioarele deopotrivă şi în stare de a funcţionà, fără urmă din boala veche.

Lipsca. D-na Minna H.

No. 94. *Reumatism, întărirea burtei, emoroizi, friguri de nervi, căderea mitrei, tuse, sarcină.* — D-lui Louis Kuhne, Lipsca. Ediţia a doua a cărţei d-tale: „Metoda nouă de vindecare", am căpătat-o vara, târziu, în 1899. Indată am cunoscut lumina, puterea învăţăturii d-tale. De atunci, eu nevasta şi copiii mai mici trăim după ea, şi deaceea mă simt dator să-ţi scriu o recunoştinţă.

Atunci, în vârstă de 52 de ani, din pricina unei vieţi neregulate şi plină de întâmplări, sufeream de *nervozitate mare periodică* şi de reumatism, nu eram în stare a lucrà, eram plictisit de vieaţă. Băile d-tale de şezut şi câte o bae de aburi pe săptămână, dietă neaţâţătoare şi dormitul cu ferestrele deschise, cum facem mereu, eu şi nevasta. De mai bine de un an şi ½ sunt iar deplin sănătos şi în stare a lucrà, mai mulţămit şi mai liniştit decât înainte. Cam iute din fire, mă simt schimbat acuma. In casa mea a intrat fericirea de mai înainte şi pacea.

Nevasta mea sufereà atunci de o *cădere de mitră,* pe care doctorul n'a putut-o vindecà în ½ an. Odată cu mine a început şi ea a face câte trei băi pe zi, de câte jumătate de ceas, şi pe urmă aproape dieta mea. Urmarea a fost că, chiar a doua zi, a avut scaun — sufereà de încuere mare, — dormì noaptea mai bine. S'a înviorat. Şi, după şase săptămâni, i se trecuse durerile din burtă şi în parte emoroizii. Vindecată de boală, născu un băiat, pe care îl creşte după învăţătura d-tale, e sănătos şi frumos, şi a întrecut pe alţi copii de vârsta lui. Şi mănâncă a treia parte cât alţii.

Nevasta mea n'a suferit de piept, etc.

Despre frigurile de piept ce avusese nevasta vreo doi ani, din pricina multor încordări şi aţâţări, din pricina băeţilor mei mai mari. De acestea s'a vindecat după poveţele d-tale, în 14 zile.

Al şaselea copil al meu, în vârstă de 4½ ani, a căpătat scarlatină foarte rea şi aiurà. Oridecâte ori frigurile se ridicau, îi făceam o bae de trunchiu de un sfert de ceas. De obiceiu, îi treceà aiurarea îndată. In ziua cea mai rea din urmă, i-am făcut ziua 5 băi şi noaptea 2—3 băi de trunchiu, după asta a încetat aiurarea şi însănătoşirea venì pe încetul. La începutul scarlatinei, i-am făcut o bae de abur şi l-am pus în pat să asude bine. Peste câtva timp, căpătă copilul *tuse măgărească;* în vremea aceasta i-am făcut câte două băi de trunchiu de câte un sfert de ceas. Şi aceasta s'a trecut cu bine. Peste 3—4 săptămâni, copilul s'a făcut sănătos.

De atunci, urmarea învăţăturei d-tale ne-a adus în multe cazuri vindecare, încât eu la orice prilej, am îndemnat să urmeze după metoda d-tale.

Mai sus numitele boli, dacă le-aşi fi căutat cu doctori, m'ar fi costat sute de mărci. Cu metoda d-tale, cum arată cartea, nu m'a costat nimic, numai puţină osteneală, pe care cu plăcere o faci, pentru ai tăi.

Metoda d-tale simplă, şi dieta, mă întăreşte nu numai trupeşte, dar şi sufleteşte.

Puteţi întrebuinţà cele de mai sus pentru publicare, dacă poate folosì la răspândirea metodei, care întrece pe toate cele de până acum.

Elberfeld. Cu mare stimă,
B. H.

No. 95. *Boală de piatră.* — Onorate d-le Kuhne! Cu aceasta, îmi daţi voie să vă scriu despre câteva întâmplări din boala mea. Poate că asta pe d-ta să nu te mire, pe mine însă m'a speriat rău, fiindcă nu ştiam că îmi e trupul până într'atâta de încărcat cu materii streine.

Prin ud cu dureri, cari mergeau dinainte spre stânga, în două dimineţi de-a-rândul am făcut câte o pietricică (asemenea unei ţanduri) şi în mai multe zile, udul erà tulbure şi cu câte o pietricică ascuţită, dar fără dureri. Mirarea mea a fost cu bucurie, fiindcă îmi arată folosul curei, şi cred că se dovedeşte că piatra se topeşte în rinichi.

Am crezut că trebue să vă spun cele de mai sus şi vă mulţămesc.

No. 96. *Slăbiciune generală, dureri de ochi, dureri de burtă.*—Onorate d-le Kuhne! O boală de burtă legată cu

nervozitatea, de care nevasta mea suferea de vr'o 14 ani, nu se putuse lecui prin căutarea cu mai mulţi doctori.

In anul acesta se întări boala; îi veni o slăbiciune generală şi nu mai puteà face nimic. Pe lângă aceste slăbiciuni, nici nu mai puteà citi ceva. Dela 17 Martie 1894 începu a întrebuinţà nevasta băile şi sfaturile d-tale. Azi trebue să spun că suferinţele i-au încetat. Fiecare bolnav trebue să cerceteze asta, fiindcă e cea mai bună

Lipsca. Cu stimă.
G. F.

No. 97. *Boală de nervi grea.* — Onorate d-le Kuhne! Nu pot îndeajuns să vă mulţumesc prin aceste rânduri de ce aţi făcut pentru vieaţa şi sănătatea mea. Fără de d-v. n'aşi fi azi în stare să vorbesc, că n'am avut folos nici de poveţile doctorilor celor mai însemnaţi, ştiu mai mulţi martori. D-voastră singur mi-aţi dat vieaţa, ce o credeam pierdută. Spun lucrul cu glas tare. Doresc şi nădăjduesc ca descoperirea d-tale să fie spre folosul obştesc al poorului.

Viena. Recunoscătoare,
Ema P.

No. 98. *Mistuirea rea, nesomn.* — Onorate d-le Kuhne! Cu bucurie pot să vă scriu că starea mea s'a îmbunătăţit mult, de când fac băile de şezut, de trunchiu cu frecături şi de abur.

Mistuirea rea, de care sufeream de ani, s'a îndreptat. Mă simt mai tare şi cu glasul mai puternic. Pe lângă asta voiu să mai spun că *dorm foarte bine, lucru ce înainte nu puteam.*

Lipsca. Vă mulţumesc şi sunt cu toată stima,
Amalia E.

No. 99. *Incuere, emoroizi, dureri de stomac.* — Onorate d-le Kuhne! După cum v'am arătat prin cartea de alaltăeri, sunt foarte mulţămit cu rezultatele curei şi mă bucur că vă pot aduce la cunoştinţă că încuerea, de care sufeream de 40 de ani şi împotriva căreia întrebuinţasem toate mijloacele, după *urmarea poveţelor d-tale scrise,* e deplin îndepărtată, de vreme ce am regulat, cel puţin un scaun pe zi. Pe lângă asta, s'au lecuit aproape emoroizii, pe cari îi aveam de vreo 50 de ani, deodată cu încuerea.

Durerile de stomac m'au lăsat şi chiar o apăsare ce aveam în partea dreaptă nu-mi mai e dureroasă, pe când cu trei luni înainte, cea mai mică apăsare acolo, îmi pricinuià dureri mari. In scurt, simt că lucrarea nouei d-tale metode de vindecare, pe fiecare zi se simte, mai mult, de

oarece unele dureri cari mă ţineau de 40 de ani şi pe cari le căutasem şi cu omeopatia, m'au părăsit. Trăesc după povaţa d-tale cu hrană neaţâţătoare şi fac în fiecare dimineaţă o bae de trunchiu cu frecături.

Aibling. Salut cu înaltă stimă,
F. C., căpitan regesc şi împărătesc.

No. 100. *Boală de nervi, dureri de dinţi, dureri de cap, nesomn, răguşeală.* — Onorate d-le Kuhne! După ce am cunoscut metoda d-tale, încă dela 1887, şi mulţămită ei, am scăpat de o boală de nervi, am avut ades prilej în anii următori să pun la încercare binecuvântata d-tale metodă. In una din iernile trecute, m'a apucat o durere straşnică de măsele, care erà pricinuită de o măseà găunoasă, din falca dreaptă de sus. Aprinderea erà atât de mare, că se umflase toată falca şi mă dureà îngrozitor, nici nu puteam dormì. Băile de şezut scurte, pe cari le făceam de mai multe ori pe zi, îmi aduseră alinare. După sfatul d-tale am făcut o bae de abur la cap, de o jumătate de ceas, urmată de o bae de şezut. S'au liniştit nervii aţâţaţi şi durerea m'a lăsat cu încetul. In câteva ceasuri, durerea mi-a trecut. De atunci întrebuinţez băile de abur şi la *durerile de cap, înţepături în ochi,* etc., şi-mi fac bine.

Cred că va interesà şi pe alţii lecuirea ce am căpătat-o, numai cu ajutorul băilor de şezut. Cum se zice, m'am fost „răcit" şi eram răguşit, aşà că nu puteam nici şoptì. După ce mai ţinu asta vreo două zile, eram dimineaţa tot răguşit. Am făcut pe la 9 ore bae de şezut. Aceasta m'a liniştit, stam până se făceà apa caldă. O înoìi de două ori şi am urmat baia două ceasuri şi jumătate. Pe încetul, răguşeala a trecut de tot şi puteam grăì şi cântà. Această lecuire grabnică nu s'ar fi putut căpătà prin alt mijloc.

M'am mirat şi m'am hotărît să vă mulţumesc pentru metoda d-voastră, căci cunoaşterea acestui lucru poate fi de folos pentru mulţi alţii. De aceea vă împuternicesc să faceţi din ea cuvenita întrebuinţare.

Lipsca. Cu înaltă stimă,
Karl L.

No. 101. *Vindecarea unui picior cu cangrenă, care erau să i-l taie.* — La 12 Iulie 1896, au adus la institutul lui Louis Kuhne, pentru căutarea fără medicamente şi fără operaţii, din Lipsca, un băiat de 3 ani, Walter B., căruia autorităţile medicale din Lipsca, hotărîse că *trebuià neapărat să-i taie piciorul.* Tatăl n'a voit să se facă operaţia, şi, în durerea lui de tată, s'a adresat d-lui Louis Kuh-

ne, care a luat să-l caute după metoda lui. Şi, în adevăr, copilul s'a vindecat.

Tatăl istorisì în următorul chip mersul boalei. Băiatul îşi frânsese piciorul. Părinţii au chemat un doctor însemnat, L., care a pus piciorul în ghips.

Dar nu i-a fost mai bine, şi, deodată, începu cangrena, şi noaptea târziu au dus copilul la spital, unde doctorul primar T., spuse că trebue tăiat piciorul. Părinţii n'au voit nici cu un preţ şi l-au adus la d-l Louis Kuhne. In cura lui, starea i s'a îmbunătăţit, durerile i-au încetat pe dată. Carnea cea neagră a căzut pe încetul şi s'a făcut alta nouă. La punerea ghipsului i-a fost străpuns un deget, care s'a pierdut. După 10 săptămâni de căutare, s'a vindecat piciorul atât de frumos, încât copilul merge aproape ca înainte.

Această vindecare minunată s'a constatat şi de judecători, încât a stârnit mirare, şi au venit peste 6—700 de inşi, printre cari şi doctori, să vadă minunea şi să se încredinţeze.

No. 102. *Puroiarea urechilor şi dureri de urechi; friguri de climă.* — D-lui Louis Kuhne, Lipsca. Am primit scrisoarea d-voastră de consultaţie şi mă bucur că pot să vă răspund chiar azi.

După trei săptămâni de cură, m'am vindecat de curgerea de puroiu şi de durerile cronice din ureche.

Vă mulţămesc din inimă pentru ajutor. Sunt foarte bine, şi mai iau dimineaţa câte o bae de trunchiu, 5 minute, şi seara una de şezut de 20 minute. Vă mulţumesc din nou şi rămân.

Regiunea, ţinutul Neuss. Cu stimă înaltă,
Charles L. B.

No. 103. *Podagră cronică.* — Onorate d-le Kuhne! Pot să vă spun că am vindecat în şase săptămâni, cu metoda d-voastră, un om care suferea de podagră de 25 de ani şi se căutase cu mai mulţi doctori.

Fiţi aşà de bun şi-mi trimiteţi prin poştă un volum legat frumos din „Metoda nouă de vindecare", nemţeşte.

Regounea, ţinutul Neuss. Cu stimă înaltă,
Franz Sch.

No. 104. *Colici de piatră la ficat, accese de plâns.* — Onorate d-le Kuhne! Despre starea mea vă spun că e foarte bună. Am avut foarte des *colici de ficat,* cari au contenit de câteva zile. De opt zile nu le mai am, înainte sufeream mult. Cu tratamentul d-voastră sunt vindecat de această boală grea. Râd de doctorii, cari m'au căutat

de bolile mele grele, şi cari mă întreabă ce am făcut cu boala, de arăt bine, sănătos şi întinerit. Când în Bielefeld, peste 30 de doctori, pe cari i-am consultat timp de 20 de ani, tot ce-am fi putut economisì în aceşti ani, s'a dus la doctori şi la farmacie.

Bielefeld. Cu stimă, închinăciune,
M. H.

No. 105. *Difterie, încuere, dureri de spate, turburare de menstruaţie, dureri de cap şi de ochi.* — Onorate d-le Kuhne ! Toamna trecută s'a îmbolnăvit fiul meu de *difterie.* Numai prin cura d-voastră l-am vindecat. Medicamentele date de doctor, le-am aruncat la canal. Doctorul voià, îndată ce a început boala, să-l duc la spital, fiindcă erà cazul greu.

Şi eu am întrebuinţat cu folos cura d-tale. Sufeream de *încuere, durere de şale, de dureri la menstruaţie, aveam dureri de cap şi de ochi,* de cari m'am vindecat. Asupra scaunului au lucrat cele dintâi băi, întocmai cum scrie în cartea d-tale. Sunt mulţămită că am căpătat cartea d-tale.

Celle. Cu stimă,
D-na E. H.

No. 106. *Epilepsie, cârcei.* — Onorate d-le Kuhne! Mă simt dator să-ţi aduc mulţămirile mele din inimă, pentru vindecarea repede a copilului meu de *epilepsie* şi *cârcei,* foarte rele. După ce am întrebuinţat vreme îndelungată medicina, doctorul ne-a spus că nu se poate ajută cu nimic. Atunci ne-am adresat d-voastră, şi am aflat de preţioasa d-voastră metodă de vindecare. După instrucţia d-voastre, am făcut băi şi am ţinut dietă naturală. Spre bucuria noastră, s'a îmbunătăţit starea foarte rea a copilului, aşà că, peste 8 zile, a putut merge la şcoală, fiind sănătos trupeşte şi sufleteşte.

Mulţămindu-vă încă odată, voiu îndemnà pretutindenea la întrebuinţarea metodei d-voastră.

Schönefeld. Cu înaltă stimă,
Franz Anton B.

No. 107. *Aprinderea măduvei spinării, boală de nervi.*— D-lui Louis Kuhne, Lipsca. După ce am aflat ce poate metoda d-tale de vindecare, şi ce a făcut asupra trupului meu, nu mă pot oprì de a vă aduce la cunoştinţă următoarele :

Sunt de 28 de ani şi sufeream de o boală de nervi şi aprinderea măduvei spinării, care boală, prin căutarea medicală, ajunsese atât de departe, că nu puteam nici sta,

nici umblà, şi la urmă m'au declarat doctorii că nu pot să mă vindec.

Totuşi, după 12 săptămâni de întrebuinţare a *curei* ce mi-aţi dat, am ajuns atât de departe, că puteam umblà cu un băţ, şi azi am fericirea să umblu fără băţ un ceas. Vă aduc mulţumirile mele şi rămân cu înaltă stimă,

Berksdorf lângă Zitau. Gustav Sch.

No. 108. *Catar de stomac, cancer la stomac, întărirea ficatului, inflamarea splinei, boală de rinichi şi de beşică, încuere, etc.* — Iubite d-le Kuhne! Mă simt dator să-ţi aduc mulţămirile mele din inimă, pentru vindecarea mea, prin cura d-tale, de boli foarte rele. Prin ajutorul curei d-tale cu băi de trunchiu şi de soare, şi a traiului cumpătat, am scăpat de boalele următoare, fără să fiu silit; mărturisesc cu plăcere, ca şi alţi bolnavi să aibă încredere în metoda d-v. Sufeream de mulţi ani de catar la stomac, care ameninţà să fie *cancer*, şi-mi pricinuià dureri grozave. Am mai căpătat *întărirea ficatului, umflarea splinei*, boală de rinichi şi de *băşică*, precum şi *încuere*. Toate mijloacele medicale şi consultaţii cu o mulţime de specialişti (profesori dela Universitate şi clinici); n'au fost în stare să-mi reguleze măcar scaunul, cu atât mai puţin să mă scape de celelalte boli, ori măcar să le micşoreze. De când întrebuinţez cura d-tale, sunt sănătos.

Tetschen pe Elba. Mii de mulţumiri,
Cu stimă înaltă,
W. A.

Imperial şi regal, funcţionar vamal.

No. 109. *Oftica înaintată.* — Onorate d-le Kuhne! După ce am făcut experienţă tristă cu doctorii, mi-am cumpărat cartea d-tale „Metoda nouă de vindecare", şi l-am căutat după metoda d-tale, pe copilul meu, pe care doctorii îl socoteau că nu se mai poate vindecà de oftică. E ceva minunat: copilul, spre uimirea tuturor s'a vindecat.

Cu închinăciuni prieteneşti, rămân al d-voastre,

Ludwiglust. D-na P. E.

No. 110. *Răni cangrenoase.* — Prea onorate d-le Kuhne! Fiul meu cel mai mic îşi opărise mâna cu apă clocotită. Noroc că aveam cartea d-voastră.

Am putut căutà rana după metoda d-voastră. Urmarea a fost minunată: aproape în 8 zile, rănile au fost vindecate, şi n'a rămas nici urmă de cicatrice. Vă sunt cu atâta mai recunoscătoare, cu cât, câţiva ani mai înainte, am avut asemenea caz, şi, cum nu cunoşteam metoda d-v., am adus un doctor. Căutarea lui, faţă cu a d-tale,

e ca noaptea faţă de ziua luminoasă, şi, de aceea, vă arăt în public cea mai mare recunoştinţă şi respect.

Tengern. Cu înaltă stimă,
Heinrich B.

No. 111. *Boală de stomac, catar la plămâni.* — Fiindcă m'am însănătoşit prin cura d-lui Kuhne, mă simt dator să-i mulţumesc prin publicitate.

De 16 ani *sufeream de stomac.* Nu aveam scaun dela sine şi nici nu puteam ieşi cu udul; eram slab de piept, şi aveam catar de plămâni. Am consultat mulţi doctori în Freiburg, Berna şi Geneva, cari, din nenorocire, nu mi-au putut ajută şi nici măcar să mă uşureze. După ce am făcut o *cură specială de mai multe săptămâni, după metoda d-lui Kuhne,* sunt în stare să-mi îndeplinesc slujba, anume să-mi *duc hotelul,* corespondenţa şi socotelile.

După dieta şi poveţele d-lui Kuhne, mă simt deplin sănătos şi în stare a lucrà. Mărturisesc din bună-voia mea.

Schwarzseebad, Cantonul Freiburg (Sviţera). E. W. S.

No. 112. *Curgere de urechi, dureri de cap, polip la ureche şi la gât, puroiarea osului urechei.* — Onorate d-le Louis Kuhne! Fiul meu sufereà de 7 ani dureri de *urechi* şi de *gât,* şi toate doctoriile nu-i foloseau nimic. Anul trecut capătă *curgeri grozave la urechi,* şi dureri de cap. M'am dus la un specialist pentru urechi, nas şi gât. A găsit *polip* în *urechi* şi *gât* şi trebuià operaţie, care s'ar fi făcut. După trecerea de trei săptămâni, iar a căutat copilul; de astădată doctorii au găsit *puroiarea osului urechei* şi au hotărît altă operaţie. M'am dus la un doctor omeopat, care mi-a spus acelaş lucru.

Intr'o călătorie, auzii de *institutul* d-tale şi m'am dus cu copilul la Lipsca. După ce l-am căutat întocmai după poveţele d-tale speciale, s'a vindecat de tot. Mă simt dator să-ţi aduc mulţămirile mele din inimă. Fiindcă n'am cartea d-tale: „Metoda nouă de vindecare" şi aşi dorì să o am, vă rog mult a-mi trimete un exemplar. E o adevărată comoară şi nu trebue să lipsească nici într'o familie.

Vollmarshain. Cu înaltă stimă,
Bruno S.

No. 113. *Piatră la băşică, uşurarea facerii, boală de plămâni.* — Iubite d-le Kuhne! Pot să te înştiinţez, cu multă bucurie, că îmi merge foarte bine şi că mă simt mult mai sănătos. Pot să vă împărtăşesc şi despre alţi bolnavi, că metoda d-tale aduce serviciile cele mai bune, dacă o urmez cu asprime. Un fiu de morar sufereà de *piatră la băsică* şi toate doctoriile medicilor nu-i foloseau

nimic. La urmă a început tratamentul d-voastră. După scurtă vreme s'a topit piatra şi a ieşit prin ud afară.

O femee de 37 de ani, care avusese multe faceri grele, şi nenorocite, şi care nu-şi puteà alăptà copiii, a ţinut de asemenea cura d-voastră. Urmarea a fost că a avut naştere uşoară şi fără de ajutorul moaşei. Şi, de unde înainte nu puteà alăptà, acum aveà lapte din belşug.

Un tânăr, *bolnav de piept,* face cura şi starea lui se îmbunătăţeşte mereu, deşi doctorii ziseră că nu are leac. Metoda d-voastră se întinde acì mult.

Brazilia, Germania, Costa de Sera. Cu înaltă stimă,
H. St.

No. 114. *Dureri de ochi, erupţii la faţă, dureri la gât, difterie, pojar, scarlatină.* — Onorate d-le Kuhne ! Ca şi mai înainte, nu am destule cuvinte să vă mulţămesc pentru cât vă datoresc. Deşi roş şi gras, eram foarte bolnav. Din copilărie aveam o *durere de ochi,* care a încetat după ce am mai crescut. De atunci încoace, aveam mereu *erupţii la piele,* mai tare la faţă. Nu treceà an, în care să nu fiu rău bolnav. In fiecare iarnă aveam *dureri de gât, difterie pojar,* ori *scarlatină* şi adesea atât de rele, că se temeau să nu mor. Când mă gândesc cât de rău bolnav eram şi cât de sănătos, mă simt acuma, n'am cuvinte să vă arăt mulţămirea. *Cura d-v. dată prin scrisoare,* mi-a fost mântuirea. E de prisos să vă arăt deplina mea încredere în metoda d-voastră. Cu orice prilej îndemn călduros la metoda d-v. de vindecare, mulţumindu-vă din toată inima, rămân al d-tale.

Oetingen. Cu toată stima
Lina M.

No. 115. *Tuberculoza genunchiului.* — Onorate d-le Kuhne! Nu ştiu cum şi în ce chip aşi puteà mai bine să vă arăt părerea mea pentru fapta d-tale bună că m'ai povăţuit.

Mă gândesc că tuberculoza genunchiului meu, cătată 6 ani de doctori, cu toate astea a fost ajuns la sfărâmarea oaselor şi a trebuit să mă operez. Nu mai vorbesc de asta cât trebue. Dar atâta voiu spune, după 3 luni dela operaţie rana s'a vindecat şi mă socoteau doctorii ca vindecat, pe când eu mă simţeam bolnav de tot. Cea mai bună dovadă erà că, venind în căutarea d-voastră genunchiul îmi erà înfăşurat într'un bandaj de 10 metri, pe care-l purtam de 5 ani, fiind umflat şi la locul operat rana erà deschisă. După cele dintâiu zile, nu mai purtam bandaj. Genunchiul şi-a căpătat forma dinainte şi rana s'a micşorat, până s'a închis.

Azi sunt în stare să-mi văd piciorul sănătos şi vă rog a socotì mulţămirea mea ca recunoştinţă pe vecie. Dumnezeu să te binecuvinteze pentru binefacerea ce mi-ai făcut mie şi multora şi să te ţie, onorate d-le Kuhne, ani mulţi în sânul familiei pentru binele omenirei.

Cernăuţi, Bucovina. Cu prietenească amintire, al d-tale
Ştefan St.
Elev la Seminar şi Teologie

No. 116. *Spondilitis (umflarea vertebrelor), sarcină uşurată.* — Onorate d-le Kuhne! Nevasta mea suferea, după spusa doctorilor, de spondilitis (umflarea vertebrelor). Sta în pat de vreo *2* ani şi eră în ghips, etc., fără ca răul să scadă. La urmă, doctorii spuse că aveà un abces ori aşà ceva. Atunci a aflat ea de cartea d-v., a cumpărat-o, mi-a dat-o şi mi-a cerut părerea. Am citit-o şi am sfătuit pe bolnavă să cerce cu metoda d-v. Urmarea a fost minunată! Abcesul proorocit de doctori nu s'a făcut, dar s'a îmbunătăţit starea generală. A putut să se scoale spre minunarea doctorilor, fără ajutorul cuiva. Repede a lăsat şi pansamentul. Anul următor bolnava, părăsită de doctori, nevasta mea, îmi dădeà nădejde că voiu aveà *copil.* Eu şi nevasta suntem încredinţaţi că metoda d-v. s'a dovedit acì mântuitoarea vieţii. Vă vorbesc în numele nevestei şi vă rog a primì cele mai din inimă mulţămiri.

Zürich. Cu cea mai înaltă stimă rămân,
M. de St.

No. 117. *Tuberculoză.* — Onorate d-le Kuhne! Am de doi ani, cartea d-v.: „Metoda nouă de vindecare", şi mărturisesc că în boala mea de tuberculoză, am căpătat rezultate minunate, aşà că vă sunt recunoscător pe vieaţă.

Aproape de mine stă o fată schiloadă, a unei femei, toţi doctorii spuseseră că nu i se poate îmbunătăţì starea de vindecare. Am crezut că tot se puteà ajutà. Vă rog să vă daţi părerea şi hotărîrea.

Obersteinach (Bavaria). Cu stimă Iosif H.

No. 118. *Trahomu, aprindere de ochi.* — Prea onorate d-le Kuhne! Am zăcut timp de *2* ani de *trahom sau aprindere de ochi.* In acest timp nu mi-a putut ajutà nici un medicament, aşà că în cele din urmă am fost silit să recurg la metoda d-v., ale cărui urmări din cale afară de bune s'au arătat curând. Până în *2* luni ochii mi-au fost complect vindecaţi şi de atunci boala n'a mai revenit.

Dacă îmi va fi cu putinţă, în anul viitor voiu venì la Lipsca, pentru ca să cunosc pe bine-făcătorul meu şi să devin ucenicul vestitului d-voastră stabiliment.

Budapesta, Ungaria. Cu cea mai înaltă stimă,
Karl Th.

No. 119. *Idropică, picioare umflate, dureri de cap, încuere (constipaţie).* — Onorate d-le Kuhne! De un an am cartea d-v. „Metoda nouă de vindecare". După recomandaţia mea, mai mulţi prieteni au întrebuinţat metoda şi s'au îndreptat. Aţi căpătat mulţi prieteni şi toţi o găsesc bună şi practică. Nevasta mea, în vârstă de 33 de ani, sufereà din copilărie de *încuere şi dureri de cap.* Erà silită să ia curăţenii şi medicamente. De când face cura d-v., onorate d-le Kuhne, nu mai are nici o boală, chiar umflarea *picioarelor, dropica,* constatată de doi doctori, nu mai sunt. Şi eu am întrebuinţat băile d-v., cu mult folos. Vă rog trimeteţi-mi şi celelalte scrieri, anume : „Ştiinţa fizionomiei", precum şi o carte de bucate. Cu cea mai mare silinţă vom căutà şi în viitor a lăţi „Metoda nouă de vindecare".

Bolkenhaia (Silezia). Cu stimă, Karl K.

No. 120. *Emoroizi, nesomn, învârtoşarea burtei.* — D-lui Louis Kuhne, institut pentru vindecarea fără medicamente şi fără operaţii, Lipsca. După ce am fost părăsit de doctori cari mă căutau de doi ani fără folos, am căpătat *sfatul d-v., ce mi-aţi trimis prin scrisoare.*

Am făcut băile după povaţa d-voastră şi am ţinut dietă.

Nevasta mea şi copii s'au minunat că am râs de câteva ori, lucru ce nu văzusem de 3 ani. Scaunul e regulat. *Nodurile trânjilor şi umflăturile* au pierit, dorm bine, pe când înainte sufeream de nesomn.

Vă rog, primiţi mulţămirile mele cu cea mai mare stimă.

St. Petersburg, Rusia. W-ch.

No. 121. *Boală de ficat, încuere.* — Onorate d-le Kuhne! Azi, eu şi soţul meu, v'aducem cele mai adânci mulţămiri pentru binele ce ne-aţi făcut: Am fost în Lipsca în 1899 şi am fost atât de bine după cura d-voastră.

Bărbatul meu erà foarte bolnav de ficat şi toţi acì în Danemarca socot ca o minune că s'a putut vindecà. Eu sufeream de *încuere* şi m'am vindecat de asemenea.

Vin acì mulţi cari vor să cunoască metoda d-voastră şi cartea. De aceea, vă rog să traduceţi nişte poveţe în limba *daneză* şi *svediană*. Le voiu trimete în Danemarca, Norvegia şi Suedia. Imi va fi mai uşor prin cărţi să conving lumea.

Mordrupgaard, în Danemarca. D-na H. B.

No. 122. *Diabet (zahăr la ud).* — La plecarea mea din Lipsca, nu mă pot oprì, d-le Kuhne, la Floassplatz 25/24, să vă mulţumesc din inimă pentru vindecarea ce am căpătat cu metoda d-tale.

Sunt de 66 de ani şi sufeream de mult de diabet. Am întrebat mulţi doctori fără de nici un folos .Nişte prieteni bine-voitori mi-au atras luarea aminte asupra *metoadei de vindecare fără medicamente şi fără operaţie.* Am plecat la Lipsca, am urmat poveţele d-lui Kuhne, în conştiinţă. După 14 zile de cură zahărul a scăzut dela 1.85% la $1^1/_4$% şi, după altă săptămână, de tot. Altă dovadă e că, după 4—5 săptămâni, nu mai erà nici urmă de zahăr. Asta o constată chimistul oficial, precum şi d-rul Röhring, d-rul Elsner, d-rul Bach şi dr. Prager.

Cu deplină încredere pot să îndemn pe bolnav să urmeze metoda de vindecare a d-lui Kuhne, de oarece, acì şi în Barmen, cunosc mulţi cari s'au vindecat.

In Zt., Lipsca. L. B. din Barmen.

No. 123. *Idropică, aprindere de piept, boală de plămâni.* — Onorate d-le Kuhne ! Rândurile mele de azi să vă arate adânca mea mulţămire, pentru sănătatea preţioasă ce am căpătat prin metoda d-tale. Vă preţuesc foarte mult, fiindcă v'aţi jertfit pentru aşà scop.

De doi ani, sufeream de *aprindere le piept,* şi stam la pat. Aveam şi idropică, doctorii cercau să-mi aducă îmbunătăţire, dar în zadar. Aşà că am început să-i despreţuesc. Prin *sfaturile d-tale, m'am vindecat:* din întâile zile de întrebuinţarea curei d-tale, am simţit îmbunătăţire şi tuberculele dela burtă s'au topit.

Vă mulţumesc pentru sănătatea căpătată, scumpe d-le Kuhne, şi rămân a d-voastră.

Binzikon, Sviţira. D-ra Ida Sch.

No. 124. *Umflarea ghindurilor, dureri de măsele, boală de ochi, catar, catar la vârful plămânilor, îngustimea pieptului, astmă, poluţii.* — Onorate d-le Kuhne! Scriitorul acestor rânduri, misionar, se crede fericit că a învăţat noua d-tale metodă de vindecare. Singur faptul că a

ieşit cartea d-tale în 25 de limbi, mi-a atras luarea aminte. Acum citesc ştiinţa fizionomiei şi celelalte scrieri, şi unde merg, pretutindenea lăţesc metoda d-tale.

Sufeream de dureri mari de măsele, de umflături la gîndurile din dreapta şi din stânga; aveam ochii turburi, catar la gât, cu poveţele d-tale scrise, am scăpat. Toate încercările mele au ieşit la capăt. N'am nimic de zis, dacă veţi povesti astea în cursurile d-voastră, ori dacă le veţi întrebuinţă altfel. De bună seamă aşi fi murit în câţiva ani de oftică, dar noroc c'am găsit calea cea bună. M'am vindecat şi de *un catar la vârful plămânilor, de astmă* şi de *poluţie.*

Schonau.

Vă salut cu stimă
al d-voastră
Păstor şi misionar
E.

No. 125. *Facere uşoară şi repede.* — Onorate d-le Kuhne! După cum mi-aţi spus, aşa s'a întâmplat. Nevasta mea a născut lesne un băiat voinic.

Cu cea mai mare tărie ce vă puteţi închipuì, a ţinut cura d-voastră.

Facerea a mers foarte bine. Dimineaţa la 9½ au început durerile, şi la $9^3/_4$, deci peste un sfert de ceas, a născut. Doctorul, pe care-l chemasem a plecat c'un ceas înainte, zicând că naşterea va fi peste 2 zile. Impotriva proorocirei, copilul a venit îndată după plecarea doctorului şi am slujit eu de mamoş. După naştere, nevasta s'a simţit foarte bine. Intâia gândire i-a fost la d-voastră, onorate d-le Kuhne; „toate astea, d-l Kuhne, le-a spus dinainte" au fost întâiele ei vorbe.

Primiţi cele mai sincere mulţumiri pentru *minunatele d-v. poveţi.* Cartea d-voastră va fi şi va rămâne *adevărată evanghelie.*

Doctorul meu, care a venit mai târziu, a rămas uimit de naşterea repede şi uşoară. In practica lui de 41 de ani (e de 65 ani), n'a văzut aşa lucru. Asemenea caz e un triumf pentru sistemul acesta!

Cu cele mai mari mulţumiri din inimă dela mine şi nevasta.

Palatul L., Olanda.

Cu stimă,
A. S.
Căpitan de cavalerie regal.

No. 126. *Fistulă la maţe, umflătură la maţe.* — D-lui Louis Kuhne, Lipsca. Voiţi să aveţi ştiri mai departe, despre starea mea? Mi-aţ dat *poveţe potrivite prin*

scrisoare. Sunt vesel că pot împărtăşi că *fistula şi umflătura dela mațe* s'au vindecat de 2 săptămâni. Câtva timp n'am putut, urmà cura d-tale întocmai şi întocmì. Dar pe urmă, am urmat înainte cu poveţele d-tale. In săptămâna a doua din Ianuarie, am început a face zilnic câte 3 băi de şezut cu fecături, din pricina răcelei, însă de 15° şi 16° R. Dieta o ţinui aspru şi acuma sunt deplin sănătos.

Cărţilor d-tale minunate le doresc răspândire. Cu recunoştinţă şi mulţămire,

Halle, lângă Copenhaga, Danemarca. Iulia I.

No. 127. *Nervozitate în cel mai înalt grad, pervertire sexuală, onanie.* — Prin această mulţămesc d-lui Kuhne, pentru ajutorul ce mi-a dat la boala copilului meu de 3 ani, şi-i mulţămesc. Nici frica, nici pedepsele nu-l opreau. Numai prin băile de şezut cu frecături şi dietă aspră, copilul s'a vindecat de *nervozitate* şi de *onanie.* Cu stăruinţă arăt pretutindeni metoda de vindecare a d-lui Kuhne.

Lipsca. Cu înaltă stimă,
H. S.

No. 128. *Apă la inimă, astmă cronică.* — Onorate d-le Kuhne, Lipsca. Am suferit mai mult de 3 ani de *apă la inimă şi de astmă.* M'au căutat mai mulţi doctori civili şi militari, precum şi de dr. P. din Cracovia, care e foarte însemnat. Dar cu toţii fără folos. Numai poveţele d-tale şi scrisorilor datoresc că, de 6 luni am scăpat de bolile mele rele şi primejdioase şi m'am vindecat. Pentru cari vă mulţumesc din inimă.

Rzeszow, Galiţia. Rămâne cu toată stima M. A.
Membru al dietei Imperiale Regale.

No. 129. *Reumatism articular, boală de inimă, cancer la mitră, emoroizi, mistuirea rea, greutăţi la stomach, dureri într'o parte şi în spate.* — Onorate d-le Kuhne! Ca preşedinte al societăţii cuhniştilor, cari sunt vreo 300 şi mai ales al geniului d-tale, şi al talentelor neîntrecute, mă simt dator să vă mărturisesc, că metoda d-voastră de vindecare scapă pe mulţi candidaţi dela moarte şi-i însănătoşează, printre cari unii erau socotiţi de doctori ca pierduţi.

Prin cura d-voastră s'a vindecat un bolnav de *reumatism articular,* care se întinsese şi la *inimă.* De asemenea, a întrebuinţat cura d-voastră o femee bolnavă de cancer la mitră, care se căutase, fără de folos, cu vreo

zece doctori însemnaţi. Intre aceştia a fost şi directorul clinicei oraşului, care a făcut operaţia şi, după ce a deschis burta, n'a voit să mai facă operaţia, bolnava fiind prea slabă. Boala erà atât de înaintată, încât doctorii ziceau că bolnava abiă de va puteà trăi încă 3 luni, şi, neînstare de a se vindecà, s'a tămăduit. Şi eu urmez cura d-tale de mai bine de un an, şi mă simt atât de bine, că mă cred vindecat. Sufeream de emoroizi, şi mistuire rea, care-mi *făceà greutate la stomach, dureri la dreapta, la stânga şi 'n spate.* Puteţi întrebuinţà această scrisoare pe care v'o trimet nesilit de nimeni, după cum veţi crede.

Rămân cu respect şi vă salut,

Buenos Ayres. Vincent D.
Preşedintele „Societăţii Kuhne"

No. 130. *Dureri de ochi.* — Onorate d-le Kuhne! Din recunoştinţă nu mă pot oprì de a vă povestì mersul *boalei de ochi* a copilului meu de 12 ani, după ce am primit prin scris, răspuns la scrisoarea mea, poveţele d-tale le-am urmat. Cine ar puteà descrie mirarea mea? După trei săptămâni de băi, băiatul s'a vindecat; după alte opt zile, erà chiar bine de tot, şi până azi, nu mai are nimic la ochi, tânărul e deplin sănătos. Ceeace doctorii n'au putut face în trei ani, ai făcut d-ta, onorate domn, în 4 săptămâni; prin metoda d-tale, pentru care îţi mulţumesc din inimă. Voiu să mai spun, totdeodată, că scriu aceasta din îndemnul meu şi că le puteţi întrebuinţà în interesul d-voastră.

Remscheid-Hasten. Cu stimă, G. F.

No 131. *Strictură.* — Onorate! Cu bucurie iau condeiul să vă împărtăşesc că metoda d-voastră de vindecare, pe care am urmat-o aspru după *scrisoarea* d-v. dela 23 August până la 1 Octombrie, m'am făcut sănătos.

La începutul săptămânei a doua, după ce s'a făcut o inflamaţie m'a lăsat strictura, şi ies cu udul uşor, şi din belşug. Niciodată n'am fost aşà bine, chiar când eram sănătos!

Primiţi, d-le Kuhne, cele mai adânci mulţămiri. Dumnezeu să vă bine-cuvinteze pe d-voastră şi metoda, şi de a găsì tot mai multă lăţire în toată lumea!

Peste câteva zile vă voiu scrie despre nevasta mea, care suferă de 5 ani de surzenie, şi vă rog să-mi daţi şi pentru aceasta *sfat prin scrisoare.* Mai târziu cred că o să vă pot vedeà chiar.

Altsohl-Ungaria. Cu stimă I. H-n. propr. de fabrică.

CÂTEVA EXEMPLE
PFNTRU ȘTIINȚA FIZIONOMIEI

Incărcare așezată cu desăvârșire numai în față.

Incărcare așezată cu desăvârșire numai la spate

Incărcare in față pe amândouă părțile și la spate dar incărcarea din față e covârșitoare.

Un copil injectat, hultuit şi rehultuit de 45 de ori cu tuberculină şi de aici urmările cele mai dăunătoare.

Vezi lămuriri în broşură.

INDICELE ALFABETIC

Pagina

Abces, fistulă la maţ 355
A doua conferinţă . . . . . 12—28
Adunări de sânge 260
Aerul din cameră 102
Afecţiune, boală la creeri 285
Afumatul hranei 103
Alăptarea copilului . . . . . 282—283
Alimentele, hrana conservată în oţet 104
Alopatia în asemănare cu arta nouă de vindecare 6
Aluat şi drojdii, maea, pildă despre el 50
Amputaţie . . . . . 255, 264, 274, 339, 346—350
Amputaţie de picioare, înlăturată prin întrebuinţarea curei lui Kuhne . . . . . 339—346
Analiză chimică 110
Anemie . . . . . 79—82, 91, 109, 194,—199, 314
Animale domestice, hrănirea lor prea mare . . . . . 52—102
Antifebrină . . . . . 224—228
Antipirină . . . . . 51, 224—228
Aparat de copt pâne 124
Aparat de gimnastică p. îndreptat mânile şi picioarele . . . 307—342
Aparat pentru bae de abur, demontabil pentru cameră 84
Apă comprese . . . . . 257—258
Apă la cap . . . . . 167—168
Apă la inimă 356
Aplecare (dispoziţie) spre boale . . . . . 55—57
Aprinderea 49
Aprindere de creeri 189, 214
Aprindere de gât . . . . . 211, 340—341
Aprinderea de ochi, egipteană 200, 314, 331, 352, 354
Aprindere de plămâni . . . . . 147, 332, 354—355
Aprindere de rinichi 322

Pagina

Aprindarea încheeturilor şoldurilor . . . . . 67, 307, 320, 342—343
Aprindere la piept (ţâţele femei) 354
Aprinderea locului de frecături . . . . . 94, 246—247
Aprinderea măduvei spinării 348
Aprinderea maţului gros 309
Arşiţă în gât 109
Arta de vindecare naturală şi for. întrebuinţate până acum . . . 5—7
Asfixie 250, 251, 327
Astma . . 140, 150—151, 162, 315 228—229, 340—341, 354—355, 356
Astuparea canalului udului (strictură) 357
Aschie şi înrăurirea ei 8
Atac galopant . . . . . 140—142
Atrophia cerebi (atroîia creerului) . . . . . 138—139
Aţâţarea, cauza fermentărei 22
Ascultaţie . . . . . 140—141
Auz greu . . . . . 205—206
Baboane 158
Baccilul leprei . . . . . 181—183, 184
Baccili, produs al fermentărei (dospirei) . . . 21—22, 24—25, 147—148
Bacterii . . . . . 49—50
Bae de aburi la cap 85, 87
Bae de aburi la gât 87
Bae de aburi la pântece 87
Bae de aburi la o parte din trup . . . . . 87—88
Băi de aburi peste tot trupul . . . . . 81—88
Bae de soare numai la o parte din corp . . . . . 89—90
Bae de şezut cu frecături . . . . . 92—91
Bae de trunchiu cu frăcături 98
Băi de soare . . . . . 88—91
Băi de şezut 17
Băi de vapori . . . . . 81—88
Băi întregi . . . . . 7—8
Băi pe jumătate . . . . . 7—8
Bandaj de gips . . . . . 96, 351—352
Bancă de trestie 87
Bărbătească, slăbiciunea ori neputinţa . . . . . 164—166, 311
Barbă, cu pecingină 311
Bătaie de inimă . . . . . 175—176, 315—316
Băuturi, mistuirea lor grea 103
Bere, şi neajunsurile ei . . . . . 100—101
Beţia 244
Boala copiilor, aboală . . . . . 190—193, 268, 325, 327—338, 348
Boala, cum se naşte . . . . . 12—28
Boala de creeri 285
Boală de emoroizi . . . 188—189, 208—213, 320—321, 322, 334, 441, 343—344, 345, 353, 356—257
Boală de peatră . . . . . 169—170, 322, 344
Boală de zahăr (diabetul) . . . . . 170—171, 354

Pagina

Boli de ochi . . . . . 200—208, 313, 320—329, 331—332, 334, 346, 246, 348 351, 354, 352—353, 354—355, 357
Boala minţei . . . . . 129—140, 268—269 338—339, 352
Boală englezească 153, 162
Bolile, unitatea lor 27
Boala îngrăşatului 9
Bolile cronice (fără durere), şi mersul lor 17
Boii cu aprindere, arşiţă . . . . . 55—56
Boli cu erupţii la piele. . . 15, 154—155, 173—174, 226—227, 324, 351
Boli cu fierbinţeală . . . . . 27—28
Boale de beşică . . . . . 167—174, 309, 319, 322, 331 232, 349
Boli de burtă . . . . . 158—159, 336, 340
Boli de copii . . . . . 27—57, 127, 312, 315. 332, 348, 351
Boli de dinţi . . . . . 208—214, 322, 345—345, 354 355
Boli de ficat . . 172, 306. 309 334, 340, 345, 340—341, 347. 349, 353,
Boli de gât 140, 208, 314, 316, 319, 323—324, 332, 345—346, 350, 351
Boli de inimă . . . . 13—21, 162, 175—184, 309, 315, 329—330, 356
Boale de măduva spinării . . . . . 185—189, 309—310, 318, 348
Boli de nas . . . . . 173—174
Boli de nervi . . . . . 129—139, 305, 317, 324, 327, 328—329, 331—332 333. 335. 335, 338—339 340, 343—344, 345, 345, 346 348, 353, 356
Boli de piele . . . . . 78. 140 154. 170. 173—174, 311
Boli de plămâni . . 140—156, 162—268, 306, 314, 320—321 323—324 330, 332, 350—351, 352, 354, 354—355
Boli de rinichi . . . . . 167—174 309—310, 320—321, 322, 349
Boli de stomac . . . . . 23, 306, 310, 330, 334, 345, 350 356—357
Boli de urechi . . . . . 200—207, 311, 347, 350
Boli femeeşti . . . . . 275—304
Boli la clapele inimei . . . . . 175—189
Bolile lumeşti 157, 166
Bălnăvirea unei părţi din trup şi înrâurirea acesteia asupra celorlalte părţi 8
Bojorârea de maţe . . . . . 305, 309, 320—321
Brom 268
Buboiu . . . . . 88¡ 323
Buboiu, buboi canceros . . . . 88, 146 171—172 306, 308, 356—357
Burta umflată . . . . . 305—307
Cacao şi daunele ei 101
Cafea şi neajunsurile ei 101
Cai de muncă, pildă cu el 16
Canal de mistuire 113
Canalul udului, Strictura . . . . . 170—357
Cancer (rac) . . . . . 51, 162, 243—251, 268, 306, 308 316, 349
Cancer la buză 316
Cancer (rac) la piept 245
Cancerul limbei 245
Cancer la nas 246
Cancer la stomac 244, 349

Pagina

Capătul maţului gros 10, 108
Capul însemnătatea sa pentru ştiinţa fizionomiei . . . . 13—14 108
Carantina 56
Care se desface, aparat de bae de aburi pentru cameră 85
Care trup e sănătos şi care nu? 8
Caria la oase . . . . . 140, 153,—154, 320—321, 352
Care mănâncă orice fel de alimente (omnivore) 113
Carne rea (vie) . . . . . 243—251
Carte de bucătărie vegetariană, hrană neaţâţătoare . . 122, 323, 324
Cartofi, găluște 128
Casa copilului, îngroşarea pereţilor 294, 307
Catarul bronchiilor . . . . . 140, 306, 313, 323, 331—332, 354—355
Catar de beşică . . . . . 171—172, 332
Catar de gât . . . . . 140, 306, 313, 323 331—332 354—355
Catar de stomac . . . . . 310 333 349, 356—357 355
Catar la maţe 332
Catar la plămâni . . . . . 306 350, 350—351, 354 355
Cataractă neagră şi verde. . . . . 201—202
Cataractă obişnuită (albeaţă) . . . . . 205—206
Cataractă verde . . . . . 201—202
Cazuri de năbuşire 250, 327
Căderea mitrei înainte . . . . . 320. 343—344
Căderea părului (chelie) . . . . . 151—152
Căpăţini de lăptuci salate 127
Căprioara, pildă despre ea . . . . . 117—118
Căutare, examinare, local, înlăturarea ei 276
Căutarea rănilor 252, 274. 349
Căutări cu unsori. . . . . 157, 160—161, 269
Câne, pildă despre împuşcare 255
Câne, pildă despre strivire 255
Câni turbaţi muşcătura acestora 272
Cârcei la beşică (dureri) 171
Cârcei nervoşi 317
Cârcei, spasme. 48-49, 193-194, 268, 317, 324 325, 326, 327, 337, 338, 348
Câteva bucate simple . . . . . 125—128
Ceaiu de mintă 225
Ceaiu şi neajunsur le lui 101
Ce m'a dus la descoperirea artei nouă de vindecare? . . . . 1—11
Ce să mâncăm şi să bem? . . . . . 97—128
Ce sânt frigurile? . . . . . 12—28
Chimica, analiză . . . . . 109—110
Chinina 51, 194, 224, 268
Chintezenţa 142
Cireş, pildă . . . . . 90—91
Ci perci (Melanatârci, hribi) cu cartofi 127
Ciupit (urme de vărsat) 39
Clistir 3 7
Cloroza (gălbeneala feţei) 79, 314

Pagina

Cocaina 256
Cocoşare . . . . . 69—70, 74—75
Culoarea pielei de leş 108
Comp ese cu apă rece . . . . . 263—264
Compresie cu pământ tonic 97, 258, 293
Conferinţa întâia . . . . . 1—11
Conferinţa, a doua . . . . . 12—28
„ a treia . . . . . 29—57
„ a patra . . . . . 58—82
Constipaţie grozavă . . . 80, 108, 197—198, 214, 232, 311, 313—314
317—318, 321, 335, 343—344, 345, 348, 349, 353—354, 356—357
Canstipaţie (încuerea stomacului obicinuită) . . 108, 197,—198, 217, 222
311, 313—314, 317—318, 321, 334,
343—345, 348, 349, 353, 354, 356—357
Convalescenţă . . . . . 50—51
Copilul sugaciu, încuerea lui . . . . . 311—314
Creerul atrofia 138
Creozot 148, 292
Crescătura 243, 315
Crescătura la mitră (chist) 342
Crescătura în gât . . . . . 314—315
Crescătură, cangrenare 243, 315
Creşterea copiilor . . . . . 300—304
Crize de curăţire de materii streine . . . . . 21—22
Cronic, catar la gâtlej . . . . . 313, 331—332
Cronica, aprindere de maţe 305
Crom (sare) 173
Crud, lapte 123
Crupe de ovăz 123
C getare slabă . . . . . 323—324
Cum alegem o hrană potrivită cu natura . . . . . 125—128
Cum ia naştere boala? . . . . . 12—28
Cum se face pâinea lui Kuhne de crupe de grâu 124
Cum se face supa de crupe de grâu 125
Cum se pot căpăta naşteri uşoare şi norocoase? . . . . 287—296
Curăţitul, dinţilor 209
Curgere din urechi . . . . . 206—207, 347, 350
Căutări cu unsori 157, 160 161, 268
Dam laoa, paralizie . . . . . 51—52, 129—130
Danţul sfântului Viet (ducă-se pe pustiu) . . . . . 185, 343—344, 348
De ani de zile diaree 309
De copt aparat, coace pâne la spirt 124
De gumă inel, purtarea lui 280
De mulţămire, scrisori . . . . . 319—357
De rană, locale, friguri 253
Depozitele de praf de puşcă, pildă despre ele 31
Deschiderea Stabilimentului 4

Pagina

Deschise răni . . . . . 267—272, 315
Descoperirea mea, ochire scurtă asupra ei . . . . . 7—11
Desgust de viaţă 129, 181, 199, 333
Desvoltarea vieţei 25
Dezinteria . . . . . 103—104, 222, 309
Diabetul . . . . . 170—171
Diagnoza (cunoaşterea bolilor) artei noua de vindecare 13
Diareea 48, 104, 222, 309
Dieta (hrănirea) de dimineaţă 125
Dieta de seară 125
Difteria . . . . . 35—39, 312—315, 317, 332, 348, 351
Din nou, deschidere a rănilor 270
Diformare, schilodire 307
Digitala 268
Dinţi găuriţi 208
Dinţi, pierderea lor . . . . . 8—9
Dispoziţiune pentru boală . . . . . 54—56
Dresul, mâncărurilor 103
Drumul, materiilor dospitoare 23
După naştere . . . . . 297—298
Dureri de cap . . . . . 90, 170, 214—217, 306, 321—322, 324, 328 331, 338, 346, 348, 350, 353
Dureri de dinţi 8, 322, 346, 354
Dureri de piatră la ficat 347
Dureri de piept 330, 350
Dureri de spinare 307, 311, 327, 331, 348, 356
Dureri de stomac 330, 345, 356
Dureri, firea lor 60
Dureri în coaste 332, 356
Duşuri 3,9
Egipţeana, aprindere de ochi . . . . . 201—202, 314, 331, 352
Emoţiile, cauză a fermentărei 20
Epidemie, molimă de lepră . . . . . 181—182, 183, 229, 238
Epilepsie . . . . . 190—193, 268, 325, 327, 338, 348
Epure 101
Erupţie 154, 173, 324, 351
Erupţii pe piele 78, 140, 170, 173, 311
Explicaţia frigurilor . . . . . 12—28
Excrementele, coloarea lor . . . . . 107—108
Extractele şi daunele lor 100
Faceri, naşteri uşoare şi fericite 287, 296, 307, 311—312, 340, 350—351 351, 355
Fasole albă cu pătlăgele roşii . . . . . 126—127
Fasole, verde cu mere 127
Faţa bujorată roşită 311
Felurile de încărcare . . . . . 358—360
Femeeşti, boli lumeşti . . . . . 157—166
Fenacetina 51
Ferirea de boale . . . . . 29—31

Pagina

Fermentaţia, materiilor bolnave . . . . . 18—21
Fiori de frig 23
Fistule la maţe şi buboae . . . . . 171, 355—356
Firescu, instinctul 110
Fluture, pildă cu el 55
Fondare a stabilimentului meu 5
Formarea apei în corp, cauza ei . . . . . 176—178
Formele bolilor ce se ivesc . . . . . 55—56
Formele de până acum întrebuinţate la metoda naturală 3
Frecături cu sublimat . . . . . 305—306, 331—332
Frica de locuri goale 193
Frig fiori de 30
Friguri climaterice . . . . . 223—228, 322, 347
Frigurile de nervi . . . . . 218, 222, 343—344
Frigurile fierei . . . . . 223—224
Friguri galbene . . . . . 222, 225—226
Friguri locale de rană 253
Friguri malaria . . . . . 223—228
Friguri periodice . . . . . 222—230
Friguri puerperale (de lăuzie) . . . . . 284—286
Friguri şi lămurirea lor 12, 28, 325
Friguri tropicale . . . . . 223—228, 347
Fructe pe jumătate coapte . . . . . 104—105
Frugivore 113
Furie . . . . . 323—324, 353
Fumatul de tutun . . . . . 109—110
Fum de tutun . . . . . 16, 185—187, 309—310, 317
Garafa, pildă cu fermentarea lichidului din ea 21
Galbanare 172, 305, 306
Găluştele de cartofi 128
Gândire slăbită . . . . . 323—324, 328—329
Gânganii, pildă despre ele . . . . . 24—25
Gâtul, însemnătatea pentru ştiinţa fizionomiei 13
Gâtul, schimbările ce capătă la locuitorii din munte . . . . 211—213
Genunchiu tuberculos . . . . . 153—155
Ghindurile gâtului umflat . . . . . 47—48
Glonte de puşcă, scoaterea acestuia . . . . . 265—266
Grăunte . . . . . 105—106
Greaţa . . . . . 190—191, 314—315
Greutatea capului 91
Guşa . . . . . 168, 211—112
Gută, podagră . . . . . 65—66, 158, 320, 337, 347
Guturai . . . . . 54, 164—166
Guturai înfundat 140
Hapuri . . . . . 194—198, 243
Hârtie higienică (pentru latrină) . . . . . 10—11
Higienică hârtie . . . . . 10—11, 108
Herbivore 113

Pagina

Holera . . . . . 218—222
Hrana bolnavilor . . . . . 123—124
Hrana de carne şi neajunsurile ei . . . . . 100—101
Hrana firească a bolnavilor (dietă) . . . . . 122, 124—128
Hrana în stare naturală . . . . . 100—102
Hrana preparată (fiartă, etc.) . . . . . 100—102
Hrana puilor 113
Hrana potrivită cu natura . . . . . 126—128
Hrana prea multă . . . . . 100—108
Hrănire greşită 27
Idropica . . . 162—163, 175—184, 229, 309. 322, 353, 354, 356, 356
Imbalarea hranei 106
Imboldul sexual . . . . . 158, 165—166,282—283, 291, 294—296, 356
Impachetări 3, 7
Incărcare cu materii de boală . . . . . 23—24
Incărcare moştenită . . . . . 49—50
Incărcare în faţă 358, 360
Incărcare pe părţi 360
Incordarea învârtoşarea ţesăturilor 13
Incrucişatul . . . . . 203—204
Incuere (constipaţie) în cel mai mare grad. 108, 197—198, 217, 222, 311, 313—314, 317—318, 321, 335, 343—345, 348, 349, 353, 354, 356—357
Incuerea pântecului (constipaţie) . . 80, 108, 197—198 217, 222, 311 313—314, 317—318, 321, 335, 343—345—348, 349, 353—354, 356—357
Indrepărtarea frigurilor 26
Indoiturile mitrei . . . . . 280—281
Inel de gumă, purtarea unei asfelt 281
Inflamaţia laringelui, mărul lui Adam 211
Inima, paralizia ei 176
Inflamaţia ghindurilor din gât . 13—14, 307—308, 313, 321, 354—355
Imflamaţie . . . . . 342—343
Infăşurări (comprese) . . . . . 325—326
Infăşurări cu pământ-tonic 97, 258, 299
Influenţa . . . . . 54, 260—262, 338—339
Iufrânarea la mâncare 122
Ingrămădire de sânge în cap 68 318
Ingrăşare la burtă . . . . . 323—324
Ingreunarea mistuirea . . . . . 107—108, 109, 198—199, 216—217 222, 311, 313—314, 316, 321, 336, 345
Ingrijirea copiilor 300
Ingroşarea casei copilului 293
Ingustmea pieptului . . . . . 354—355
Injecţii . . . . . 161—163
Injecţii cu plumb 163
Injncţii cu zinc 163
Inroşirea pielei 170

Pagina

Înrâurirea fumatului 109
Însărcinarea femeei şi înlesnirea ei . . . . . 276—278. 287—296
Insecte otrăvitoare, înţepăturile lor . . . . . 272—274
Instinctul firesc . . . . . 109. 287—296
Insuşirea hranei . . . . . 109—110
Întărirea canalului udului, stricturi 170
Întărirea ficatului 349
Întâia conferinţă . . . . . 1—11
Întinderea, lărgirea stomacului 314
Întinderea elasticitatea pielei . . . . . 21—23
Întrebuinţarea fierului 194. 198
Întristare . . . . . 181—182, 342—343
Întunecarea minţei . . . . . 323—324
Înţepătura de albină . . . . . 273—274
Înţepături de insecte . . . . . 272—274
Înţepături în ochi . . . . . 346—347
In vis poluţii (scăparea de sămânţă) . . 158—159, 185, 318. 354—355
Iod 161, 268
Iodoform . . . . . 161—162, 256, 261, 331—332
Iodură de potasiu 191
Ipohondrie (vezi şi bolile de nervi) 129
Ischias (sciaticul) . . . . . 66—67, 307, 312, 320, 342—343
Isteria (vezi şi bolile de nervi) 129
Isvorul boalelor de plămâni 142
Iuţeşte, grăbeşte mistuirea fructelor ce se mănâncă . . . 103—104
Ivirea pietrei 169
Izbitură, zguduire, cauză a fermentaţie . . . . . 20—21
Juliri, zdreliri . . . . . 255—260
Junghiuri dureri de gât 319
Karbol 356, 261
Kikis. spuzeală . . . . . 226—228
Lacrimi 11
Lapte conservat prin sterilizare 301
Lapte fiert şi nefiert . . . . . 123—124
Lapte fiert în aparatul „Soxhlet“ 301
Lapte, microbii fierţi în el 301
Lăptuci ca salată 127
Lărgimea arterei dela inimă, înlăturarea ei . . . . . 315—316
Lărgirea stomacului 313
Lecuiri cu unsori 157
Legarea vaselor cu sânge (vinelor, etc.,) . . . . . 15—16
Legătura între alopatie, omiopatie şi arta naturistă de vindecare de până acum . . . . . 6—8
Legături cu apă . . . . . 257—258
Lepădarea, avort . . . . . 281, 288—291
Lepădarea de flegmă şi sânge 354
Lepra orientală . . . . . 181—182 183, 227 232

Pagina

Leşin înăbuşire . . . . . 314—315
Linte cu prune 127
Linte sub forma cea mai uşoară de mistuit . . . . . 127 . 128
Lipsa, întârzierea menstruaţiei 84—85, 86, 192, 276, 279, 310, 333, 348
Locul de frecătură, rănirea lui . . . . . 94, 247—248
Lucrarea pielei, însemnătatea ei . . . . . 34—36
Lucrarea pe rând a soarelui şi a apei 89
Luna, însemnătatea ei pentru menstruaţie 276
Lupus . . . . . 140, 154—156
Lupus la obraz . . . . . 154—156, 324, 351
Lipsa de hrană . . . . . 282—283
Lipsa menstruaţiei . . . . . 86—87, 192, 276—280, 310, 333, 348
Locale cercetări, înlăturarea acestora 276
Loviri . . . . . 135—138
Lunele dintâiu, îngrijirea copiilor . . . . . 300—304
Mastuţbaţia onania . . . . . 165—166, 301—304, 356
Materii de boală, fermentarea, dospirea lor . . . . . 18—21
Mazere în forma cea mai uşoară de mistuit . . . . . 127—128
Mâi . . . . . 53—54
Mâncarea dela prânz 125
Mâncare de orez, în felul cel mai simplu 126
Mâncările de ou şi neajunsurile lor . . . . . 95—96
Mâncărimea pielei 271
Mâncătoarele de leşuri (hoituri) pildă despre ele . . . . . 24—25
Mâini reci . . . . . 68—71, 307
Mâini şi picioare reci . . . . . 68—71, 180—182, 306—307
Maţe cu fistula, buboiu . . . . . 334—335
Mâta, pilda despre ea 254
Medicale, otrăvuri 130
Melancolie . . . . . 180, 342—343
Membre dureroase 58—68, 294—296, 315—316, 317, 329—330, 334—335, 341, 343—344
Menstruaţii neregulate . . . . . 86—87, 191, 276, 281, 310, 333, 348
Mercur, unsori . . . . . 157, 160—161, 268
Mere cu orez 126
Microbi . . . . . 49—50
Micşorarea procesului boalei prin ajutorul scăderei temperat. . 20—21
Migrena . . . . . 214—216 320
Migrena rea 320
Mijloace de desinfecţiune 55, 268
Mijloace de vindecare . . . . . 83—85
Miopie . . . . . 206—207
Mistuire lesne a alimentelor 103
Moleşirea, oboseala trupului 90
Molime . . . . . 53—54
Morcovi cu cartofi 126
Morfina 51
Moştenită, încărcare 50

Pagina

Murdăria corpului prin ieșitul lă scaun 10
Muşcătură de câine turbat . . . . . 272—273
Muşcătură de câine turbat şi de şarpe . . . . . 272—273
Mutenie 318
Napi cu cartofi 126
Naşteri (uşoare) . . . . 287, 296, 307, 311—312, 340, 350—351, 355
Naşterile înainte de timp, pierzanie 281, 282
Naşteri fericite . . . . 287, 296, 311—312, 339—340, 350—351, 355
Naştere, regulele ce se păstrează după naştere . . . . . 297—299
Neagră, cataractă 202
Nebunia 50, 129
Negel 158
Negre, puncte . . . . . 273—274
Negru, vărsat 42, 218, 309
Nelinişte 176
Nelinişte, nervozitate . . . . . 338—339
Nepofta de mâncare . . . . . 100, 230—231
Neregulat, menstruaţie period . . . 86, 190, 276—277, 310, 334, 348
Nerodnicie 281, 288, 290
Nervul simpatic 83, 154
Nesom 129, 181, 190, 313—314—315, 316, 321—322, 338—339, 345, 353
Nevoia de a eşi la ud . . . . . 169—170
Nevralgie 251, 313, 327, 348
Nervozitate . . 251, 323—324, 327—328, 328—329, 331—332, 333, 335
338—339, 340, 343—344, 345, 345—346, 347, 356
Neurastenia . . . . . 251, 306, 326—327, 327—328, 347
Noduri canceroase . . . . . 145—146, 308
Noduri emoroidale (trânji) 144, 180, 188—189, 214—217, 256, 356, 357
Noduri în burtă . . . . . 13, 91—92, 214
13, 91—92, 130—131, 146, 170
Noduri în gât şi în pântece . . . . . 307—308, 313, 321, 354, 356
Noduri tuberculoase . . . . . 148—150, 186—189
Oale pentru aburi încălzite cu spirt 84
Oboseală generală . . . . . 190, 330—331, 332
Obraz dureros 313
Ofilită, searbădă, coloarea pielei 108
Obrintirea locului de frecătură (inflamaţia) 94, 208
Oftică . . 48, 140—147, 151—152, 162, 268, 306—307, 309—310, 318
320—321, 349—350, 352, 354—355
Oftică înaintate . . . . . 149—150, 152—153, 349, 352, 354—355
Oftică măduvei spinării . . . . . 185—187, 318
Omeopatia în comparaţie cu arta nouă de vindecare 6
Omnivore 113
Omul normal (ce trăeşte potrivit cu firea) . . . . . 102—103
Onanie . . . . . 165—166, 302, 303, 356
Operaţii . . . . . 249—250
Oprire de sânge 176
Oprirea udului . . . . . 168—169

Pagine

Orez cu mere 126
Organele de scoatere afară 10, 158
Organele simţurilor 113
Otrăvirea sângelui . . . . . 272—273
Otrava din nicotină 109
Otrăvuri medicale 130
Oţeţirea hranei 101
Panglică . . . . . 239—242
Paralizie . . . . . 317, 320—321, 335
Paralizia braţului 335
Paralizia inimei 176
Paralizie progresivă . . . . . 51, 129—130
Paraziţe . . . . . 239—242
Păcatele tinereţei . . . . . 165—166, 303—304, 356
Părută, puncte sburătoare 309
Pâne de crupe . . . . . 124—125
Pâne, reţetă pentru făcut pâne de uruială . . . . . 124—125
Pântece cu chist 342
Pânză, comprese . . . . . 257—258
Peatră la ficat . . . . . 172—173, 305, 340, 344
Pecingena umedă 174
Pecingeni . . . . . 77—78, 140, 170, 173—174
Pepsină 198
Percutare, ciocănire . . . . . 140—141
Pentru becheri, aparat de cop 124
Peste tot, slăbirea trupului . . . . . 262, 306, 307, 329, 330—331
Pierdere de sânge din mitră . . . . . 310—311 325—326
Pierderea dinţilor (căderea) 9
Pierderea sămânţei noaptea în somn . . . . 158, 180, 318, 354—355
Periodice, vărsături 314
Pietre în beşică . . . . . 169—170, 322, 344, 350—351
Picioare reci . . . . . 53—54, 306
Picioare umflate . . . . . 323—324, 341
Picior cangrenat, vinndecarea lui . . . . . 339, 346—347
Pilde pentru ştiinţa fizionomiei 358, 360
Pleurezie 147, 149, 332, 354
Pleşuvia capului 151
Plină-lună însemnătatea ei pentru mentruaţie . . . . . 288—289
Poală albă 158, 336, 342
Poame, fructe crude . . . . . 99—100
Podagră (gută) 67, 159, 229, 320, 337, 340, 347
Pădagră, la cap (gută) 340
Podidire, accese de plâns 347
Poi, mâncare naţională în Honulul 111
Pajarul . . . . . 31—32, 351
Polipi 313, 316, 251
Polip în gâtlej 313
Polip în ureche 330

Pagina

Poluțiuni, scăpare de sămânță noaptea în somn . . . 158, 354—355
Postirea și însemnătatea sa 101
Potasiu, iodură de 161, 268
Poticneala piciorului în afară 262
Prânz, dieta 125
Pricina boalelor de piept . . . . . 143—144
Pricina fermentării dospirei . . . . . 20—21
Primejdia molipsirei . . . . . 24, 49—50
Presbitismu 313
Proces de ardere . . . . . 158—159
Procesul de fermentare al mistuirei 103
Proces de mistuire . . . . . 103—104
Puncte negre 309
Puroiarea urechilor 347, 350
Puroi în ureche 347, 350
Purtarea a unui inel 280
Puterea de asimilare a mâncărilor, alimentelor 107
Puterea de reproducere . . 158—159, 164—165, 282, 327, 297, 355
Puterea electrică, producerea acesteia 99
Puterea hrănitoare a hranei . . . . . 110—111
Puterea mistuirei stomacului 110
Puterea de viață . . . . . 22, 96—97, 103
Putința de a trăi a tuturor ființelor viețuitoare 79
Rac (cancer) la mitră . . . 244, 326, 351—352, 354—355 ,356—357
Rachitismu (boală englezească) . . . . . 162, 164—165
Rele, țâțe . . . . . 282—283
Rană care roade (lupus) . . . . . 141, 154—156
Rană de arsură . . . . . 262—263, 349
Rană din împunsătură . . . . . 256—260
Rană din tăetură . . . . . 256—260
Raport, legătura artei noua de vindecare cu celelalte metode de a tămădui . . . . . 4—8
Rapoarte de vindecare . . . . . 305—318
Rapoarte mărturisiri de vindecare și scrisori de mulțumire, originale . . . . . 305—357
Răceală . . . . . 20, 58, 198—199, 209—210, 325, 334
Răcorirea după baia de abur 86
Răni de pușcă 263, 265
Rană la picior, deschisă 309
Răni deschise . . . . . 267—272, 309, 315
Răniri . . . . . 252—274
Răni, spuzeli pe față . . . . . 154—156, 324, 351
Răguşală . . . . . 312—313, 345—346
Răsfrângerea îndoiturilor mitrei . . . . . 279—280
Râie 239, 242
Râgâieli 109
Regulele împiedecate (femeești) . 87—88, 190, 276—280, 310, 333, 348

Pagina

Respiraţia grea 140, 150, 162, 314, 328, 340, 354, 355
Reţetă pentru copt pâine . . . . . 124—125
Reţetă pentru supă de urueială 125
Reţete simple de bucate . . . . . 125—128
Reumatismul . . . 58—82, 293, 315, 320, 329, 334, 335, 341, 343, 356
Reumatismul încheeturilor 60, 284, 216, 329, 335, 356
Rinichi sângeranzi . . . . . 322—323
Roşeaţă 311
Rozător (lupus) 140-141, 155--156
Rupere de oase . . . . . 266—267
Ruperea fluerelor picioarelor . . . . . 266—267
Ruperea braţului . . . . . 266—267
Salată de cartofi cu mere 127
Salată de lăptuci 127
Salată de sfecle 127
Salicilat 173. 261, 168
Sărăcia de sânge . . . . . 91, 194—199, 307, 344, 325
Sărarea mâncărurilor 103
Sarcină (însărcinarea la femee) . . . . . 297—296, 307, 311, 340
Sărarea hranei 103
Sângerarea emoagia mitrei . . . . . 310—326, 328, 330—331
Sânge la cap 88, 319
Scarlatină 32, 34, 312, 316 351,
Scaun cu trestie 86
Schilodiri 63, 82
Schimbarea formelor trupului . . . . . 9—10, 13—14, 109
Schimbarea temperaturei . . . . . 20—22
Ştiinţa fizionomiei . . . . . 68, 79—81, 132, 358—360
Scrântitură 329
Scoborârea căldurii frigurilor 270
Scoborârea temperaturei 270
Scoaterea dinţilor 8
Scrisori originale de mulţumire 319, 357
Scrofuloza, scrofule 45, 56, 142, 162, 314, 321
Sculament . . . . . 158, 159—160, 162, 163, 319
Scurgeri de sânge, pierdore 79, 310
Scurgere, poală albă 158, 336, 342
Secrete, bolile lumeşti 157, 166, 319, 336, 342
Sfântul Vait (Saint Guy) **danţul lui** 185
Sfărâmarea oaselor 352
Sfâşieri . . . . . 256—260
Sifilis . . . . . 51, 259—164, 170—171, 266, 321—322
Silinţă de vindecare a naturii . . . . . 43—44
Slăbiciunea tuturor puterilor . . . . . 266—267, 306, 307, 329, 330, 344
Slăbiciunea trupească 190 324
Slăbiciunea trupească generală . . . . . 305—329, 330
Slăbiciunea bărbătească ori neputinţa . . . . . 165—166, 311
Slăbirea vederei 345

Pagina

Slăbirea trupului 69
Sinucidere . . . . . 129—130, 181—184, 192, 333
Soldaţi, pildă despre ei 59
Spaimă, cauză de fermentare 21
Spanac cu cartofi 126
Spate cocoşat (ghebos) 75
Specialişti 133
Spondilitis (umflătura vertebrelor) 352
Stabiliment, deschiderea lui 4
Stare de friguri, locale de răniri 270
Sterilitate, nerodnice . . . . . 281—284
Sterilizat, lapte 301
Strâmbarea mâinilor şi picioarelor 47
Strâmbarea şirei spinării . . . . . 74—75, 76, 338
Striviri . . . . . 260—262, 322
Stropiri 7
Sudoarea la picioare . . . . . 173—174, 309
Sudoare rece . . . . . 180—181
Suferinţe femeeşti . . . . . 275—287
Supă de urluială, reţetă pentru facerea ei 125
Supărarea cauza a fermetărei (dospirei) 21
Supe, mistuirea lor grea 103
Supraexcitare, instinct sexual furios . . . . . 290—296
Surdo mut 317
Surpătură (vătămătură) 241
Surzenie 206, 313, 323
Surzenie de urechea stângă 206
Svâcnituri, sbatere . . . . . 190—191, 314
Şancâr, ... 158—159—160
Şarpe, muşcătnră . . . . . 272—273
Şarpi, pildă despre ei 101
Schiopătare . . . . . 307, 342—343
Schiopătare (Schilodire) 307
Tărâţa şi însemnătatea ei 105
Tifos . . . . . 313—343
Tracheotomie 315
Trahomu . . . . . 201—202, 331, 352
Treapăd, desinterie 130, 222, 309
Trecerea, transmiterea materiei de boală 55
Treilea conferinţă . . . . . 29—56
Trup normal . . . . . 70—75
Trupul, schimbarea formelor prin boală . . . . . 14—15
Tuberculina . . . . . 147—148
Tuberculoza 141—147, 151—154, 162, 268, 315, 318, 320—321, 349 351—352, 352, 354
Tuberculoza creerului . . . . . 187, 226—281
Tuberculoza genunchiului . . . . . 153,—154, 351

Pagina

Tuberculoza plămânilor 50, 140—147, 151—152, 162, 268, 306—307 309, 318, 320—321, 349, 352, 354, 354—355
Tuberculoza oaselor . . . . . 154—156, 306, 352
Tusă 127, 354
Tusă cu înăbuşire (măgărească) . . . . . 343—344
Tusă măgărească . . . . . 43—44, 326, 334, 343—344
Turburarea, deranjarea menstruaţiei . . . 86—88, 101—102, 276—288, 310, 333, 348
Tutun şi lucrarea lui 109
Ţările de răsărit şi boalele lor (lepra) . . . . . 229—238
Ţigări, fumatul lor 109
Ţânţari exemplu despre ei 24
Ţânţari sburători 309
Ţâţe rele 282
Ţeapăn picior 307
Udare în pat (scăparea) 171
Umăr înait 69, 72
Umflate picioare . . . . . 310—311
Umflătură 341, 349, 353, 345
Umflătură la picior, mare cât un ou de găină 325
Umflătură splinei 349
Umflarea vertebrelor 352
Unitatea, bricina tuturor boalelor 27
Urcarea sângelui în cap 69, 318
Urdinarea 47, 194, 222, 309
Uremie 191
Urinare cu zahăr (diabte) . . . . . 170—171, 354
Uruială, crupe . . . . . 104—105
Uruială de ovăz . . . . . 124—125
Uruială de porumb (popuşoi) 124
Uruială pentru pâine . . . . . 124—125
Urmaşii (copii) . . . . . 281—582
Uşurarea facerei . . . . . 287—296, 312, 340, 350—351 355
Vaccinare . . . . . 43, 50—51, 150—151, 260, 261, 268, 314—315
Vaccinul contra vărsatului 268
Vase sângerânde (vine, etc.), legarea lor 257
Varză albă cu pătlăgele roşii 125
Varză roşie cu mere 121
Varză verde cu crupe de ovăz 126
Vătămare (rană) 260, 241
Vătămătură (surpătură) 274
Vătămări năuntrice . . . . . 260—274
Vărsatu . . . . . 42—43
Vărsat . . . . . 38—43
Vărsat puroios 39
Vărsat cu bobiţe puroioase, ascuţite 39
Vărsat cu bubişoare cu puroiu 39

Pagina

Vărsat negru 218
Vărsături periodice 315
Vâjâială de urechi 311
Vederea la depărtare 314
Verde, fasole cu mere 127
Vremea, schimbarea ei, cauză pentru fermentare . . . . . 19—22
Viermi . . . . . 239—241
Vindecarea antiseptică . . . . . 253—260
Vindecarea boalelor 4
Vindecare, crize de . . . . . 43—44, 104—105
Vindecarea cu atropină . . . . . 203—204, 205
Vijelie (furtună), pildă despre ea . . . . . 43—44
Vânturi, gazuri în burtă 167
Vinul şi neajunsurile lui 103
Viţă de vie pildă despre ea 90
Vițiu la inimă 320, 330
Zămislirea 293
Zguduiri cauza dospirei (fermentaţiunei) 23
Zăpăceala la cap 323

In editura Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24 au mai apărut şi se poate procură contra ramburs sau trimiţându-se costul, precum şi prin orice librărie.

Louis Kuhne, Stiinţa Fizionomiei Manualul unei diagnoze noui pentru cunoaşterea bolilor, întocmită pe baza cercetărilor şi descoperirilor proprii. Apărută în limba germană română, engleză, suedeză, daneză, spaniolă şi Telugu (limba indiană indigenă). Cu multe ilustraţiuni în text. Preţul ediţiunii a 12-a germane Lei 7,50, legată elegant Lei 8,75.

Louis Kuhne, Sunt sănătos sau bolnav? O piatră de încercare şi nu sfătuitor pentru oricare. Apărute în limbele germană, română, engleză, franceză, spaniolă, olandeză, italiană, ungară, şi Urdu (limba indiană). Preţul ediţiei a 16-a germană 65 bani.

Louis Kuhne, Educaţia copiilor. Un apel şi un povăţuitor către toţi părinţii, profesorii şi pedagogii. Apărută în limbele germană, olandeză, română, daneză şi ungară. Preţul ediţiei a 12-a germană 65 bani.

Louis Kuhne, Holera, Desinteria şi alte boli de felul acesta, natura, origina lor, tratarea şi vindecarea lor, fără doctorii, apărută în limba germană, română şi portugheză. Preţul ediţiei germane 65 bani.

Louis Kuhne, Rapoarte de vindecare, din practică *asupra artei nouă de vindecare fără doctorii şi fără operaţii*, împreună cu prospect. Ediţia 40-a. Apărută în limbele germană, română, engleză, franceză, spaniolă, portugheză, olandeză, italiană, rusă, suedeză, daneză, greacă, poloneză, boemă, ungară, Telugu şi Urdu (limbi indiene indigene). Gratis.

Eduard Baltzer, Carte de bucate. Ediţia 15-a mărită, legată Lei 1,75. (Porto Lei 0,65).

In editura Dr. Toma Simionescu, Str. 11 Iunie, 7 Bucureşti, au mai apărut şi se pot procură contra ramburs sau trimiţându-se costul, precum şi prin orice librărie:

Louis Kuhne Ştiinţa Fizionomiei. Manualul unei diagnoze noui pentru cunoaşterea bolilor, întocmită pe baza cercetărilor şi descoperirilor proprii. Apărută în limba germană, română, engleză, suedeză, daneză, spaniolă şi Telugu (limba indiană indigenă). Cu multe ilustraţii în text. Preţul ediţiunii II-a române Lei 50, legată elegant Lei 120.

Louis Kuhne, Sunt sănătos sau bolnav? o piatră de încercare şi un sfătuitor pentru oricare. Apărut în limbile germană, română, engleză, franceză, spaniolă, olandeză, italiană, ungară şi Urdu (limba indiană). Preţul ediţiei a 3-a română 25 Lei.

Louis Kuhne, Educaţia copiilor. Un apel şi un povăţuitor către toţi părinţii, profesorii şi pedagogii. Apărută în limbile germană, olandeză, română, daneză şi ungară. Preţul ediţiei a 2-a română 25 lei.

Louis Kuhne, Holera, Desinteria şi alte boli de felul acesta, natura, origina lor, tratarea şi vindecarea lor, fără doctorii, apărută în limba germană, română şi portugheză. Preţul ediţiei, a 2-a române 25 Lei.

Dr. Toma Simionescu, şi Louis Kuhne Rapoarte de vindecare din practică asupra artei noui de vindecare fără doctorii şi fără operaţii împreună cu prospect. Ediţia XX-a română *(a 200 mie)* Gratis şi franco.

Dr. Toma Simionescu, Prospectul - broşură cu peste 100 scrisori originale de mulţumire publică şi rapoarte de vindecare din practică coprinzând peste 1000 din diferite boli, unele vechi peste 20 de ani, suferite de bolnavi, pe cari doctorii, doctori vestiţi şi celebrii-doctori-profesori universitari, nu numai că nu i-a putut vindecà, dar nici n'au putut să-i ajute. Vindecaţi de mine, scăpaţi dela moarte, de la operaţii, numai în puţine zile, fără doctorii şi fără operaţii, după arta nouă de vindecare *Kuhne.* Ediţia IV-a (a 7-a mie — n'a mai apărut).

Eduard Baltzer, Cartea de bucătărie vegetariană, IV-a ediţie română, Lei 40 plus porto 15 Lei.

Asemenea a mai apărut: Noua ştiinţă de vindecare fără doctorii şi fără operaţii, *târâtă de doctori înaintea justiţiei* sau *Marele şi senzaţionalul proces Louis Kuhne, Lipsca* ori **achitarea Ştiinţei nouă de vindecare Kuhne.** Traducere după jurnalul „Leipzinger" Neusten Nachrichten. Lei 25 plus porto Lei 11.

LOUIS KUHNE, LIPSCA

STABILIMENT INTERNAȚIONAL PENTRU ARTA DE A VINDECA FĂRĂ MEDICAMENTE ȘI FĂRĂ OPERAȚII

• ◦ • FONDAT IN 10 OCTOMBRIE 1883, MĂRIT IN 1892, 1901 ȘI 1904 • • •

MAGAZIN, VÂNZARE, TRIMITERI ȘI EXPORT

DE TOATE UNELTELE

NEAPĂRAT TREBUINCIOASE PENTRU PRACTICA TRATAMENTULUI ACASĂ POTRIVIT ȘTIINȚEI NOUĂ DE VINDECARE, FĂRĂ DOCTORII ȘI FĂRĂ OPERAȚII și IN SPECIAL DE

INSTALAȚII COMPLECTE SAU DE PĂRȚI SEPARATE DE BĂI : : : :

APARAT DEMONTABIL

de

Băi de aburi pentru particulari, băi de aburi complecte, băi de aburi pentru cap, băi de aburi pentru pântece, etc.

Bae de abur peste tot trupul

Foarte ușoară de mânuit. Transpirații serioase.

Instrucțiunile ce însoțesc fiecare aparat lămuresc cu deamănuntul întrebuințarea lui.

PREȚUL APARATULUI, FĂRĂ OALE DE ABURI LEI —

OALE de ABURI (3 bucăți sunt trebuincioase) a Lei —

Toate prețurile se înțeleg neto pe bani gata

Se expediază numai după primirea valorii sau contra ramburs

In străinătate numai după primirea costului

***Pături de lână** Calitatea I-a mari de tot pentru aparatul de aburi sau pentru dormit (2,55 m. lungime, 175 m. lățime), suriu închis cu Lei --,—, cu Lei —,— cafenii deschise.*

Impachetarea aparatului într'o cutie Lei —

***Pături de păr de cămilă** pentru dormit și de călătorie cu Lei —*

Dr. TOMA SIMIONESCU

PRIMA ŞCOALĂ INTERNAŢIONALĂ PRACTICĂ IN ROMÂNIA PENTRU INVĂŢAT ARTA NOUĂ DE VINDECARE
LOUIS KUHNE, LIPSCA, FĂRĂ DOCTORII ŞI FĂRĂ OPERAŢII
• • ◦ INTEMEIAT IN ANUL 1903 MULT IMBUNĂTĂŢIT IN 1906 1908 şi 1925 • • •

MAGAZIN, VÂNZARE, TRIMITERI ŞI EXPORT

de toate uneltele

Neapărat trebuincioase pentru practica tratamentului în casă potrivit ştiinţei nouă de vindecare, fără doctorii şi fără operaţii şi în special de

INSTALAŢIUNI COMPLECTE SAU DE PĂRŢI SEPARATE DE BĂI.

APARAT DEMONTABIL

de

Băi de aburi pentru particulari, băi de aburi complecte, băi de aburi pentru cap, băi de aburi pentru pântece, etc.

Bae de aburi peste tot trupul

Foarte uşoară de mânuit. Transpiraţie serioase.

Instrucţiunile ce însoţesc fiecare aparat, lămuresc cu deamănuntul întrebuinţarea lui

PREŢUL APARATULUI, FĂRĂ OALE DE BAURI LEI 4000
OALE DE ABURI (3 BUCĂŢI SUNT TREBUINCIOASE) A LEI 300

Toate preţurile se înţeleg neto pe bani gata
Se expediază numai după primirea valorei sau contra ramburs

In străinătate numai după primirea costului.

Pături de lână calitatea I-a mari de tot pentru aparatul de aburi sau pentru dormit (2,25 m. lungime, 1,75 m. lăţime), suriu închis cu Lei 2000, cu Lei 3000 cafenii deschise

Impachetarea aparatului într'o cutie Lei —

Pături de păr de cămilă pentru dormit şi de călătorie Lei 4000—5000

Louis Kuhne

Stabiliment internațional pentru arta de a vindeca fără medicamente și fără operații

Flossplatz, 15/24. — LIPSCA — 15/24, Flossplatz

Fondat în 10 Octomvrie 1883, mărit în 1892 și 1901

Orele de consultare: numai dimineața 9 — 11

afară de Duminici și sărbători

Sfaturi speciale, referințe în toate cazurile de boli

și prin scrisoare pe cât este cu putință

Rezultate strălucite fără medicamente și fără operații asemenea a formațiunile interne, umflături și baboane, precum și la aprinderile cangrenoase pe din afară.

Bolile prezente precum și înclinarea către cele viitoare se **cunosc (diagnosticează)** într'un fel cu totul sigur și nou, cu ajutorul **Științei fizionomiei, fără de cercetări pe unde-s bolile,** mai ales la bolile femeești și de pântece.

Nici clistire și nici împachetări !

Prospecte amănunțite cu rapoarte de vindecere gratis.

☛ In editura lui Louis Kuhne, Lipsca, Flossplatz 15/24 precum și traducerile pe românește în editura lui Dr. Toma Simionescu, București, 11 Iunie, 7, au mai eșit și scrierile arătate amănunțit pe pag. 380—381.

Dr. Toma Simionescu

Prima școală internațională practică în România pentru învățat arta nouă de vindecare LOUIS KUHNE. Lipsca.

Strada 11 Iunie, 7 — BUCUREȘTI. — Strada 11 Iunie, 7

Intemeiată în anul 1902, mult îmbunătățită în anul 1906 și 1908.

Orele de consultare: 5-7 seara

Sfaturi speciale, Referințe în toate cazurile de boli

și prin scrisoare pe cât este cu putință

Rezultate strălucite fără medicamente și fără operații asemenea la formațiunile interne, umflături și buboae, precum și la aprinderile cangrenoase de pe din afară.

Bolile prezente precum și înclinarea către cele viitoare **se cunosc (diagnosticează)** într'un fel cu totul sigur și nou, cu ajutorul **Științei fizionomiei fără de cercetări pe unde-s bolile**, mai ales la bolile femeești și de pântice.

Nici clistire și nici împachetări!

Prospecte amănunțite cu rapoarte de vindecare gratis.

☛ In editura lui Louis Kuhne, Lipsca Flosspiatz 15/24 precum și traducerile pe românește în editura lui Dr. Toma Simionescu, București, 11 Iunie, 7, au mai ieșit și scrierile arătate amănunțit pe pag. 380-381.